

Nos Invités

Inscription individuelle

QI GONG DE LA FEMME

Publics :	sage-femme, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, médecins
Pré-requis :	Aucun
Durée :	2 jours (14 heures de formation)

OBJECTIFS :

Le Qi Gong de la Femme est issu de la méthode « NEI YANG GONG », Qi Gong pour nourrir l'intérieur, en usage à l'hôpital de Beidaihe (RPC). C'est une méthode originale créée et enseignée par Mme LIU Ya Fei. La découverte et la pratique des mouvements et auto-massages vont permettre aux professionnelles d'accompagner les femmes dans les grandes périodes de leur vie génitale que sont la puberté, la grossesse, l'accouchement, l'allaitement et la ménopause, et aux femmes non professionnelles de prévenir ou soigner les problèmes physiologiques liés à ces périodes et ainsi de favoriser l'entretien d'une bonne santé.

PROGRAMME

Jour 1

Matin : présentation de la méthode : origine, caractéristiques, objectif

Pratique : préparation, explication et pratique des premiers mouvements sur le Renmai (Vaisseau Conception)

Après-midi : Révision des premiers mouvements (4)

Etude et pratique des automassages du Dantian inférieur et mouvements pour régulariser le Daemai (méridien ceinture) (5)

Questions/ réponses.

Jour 2

Matin : révision des mouvements pratiqués et questions éventuelles.

Pratique autour du Dantian, mouvement externe/mouvement interne(4)

Après-midi : Pratique des mouvements autour de la colonne vertébrale (4)

Renforcer les jambes et les pieds (4)

L'ensemble de la méthode comprend 10 mouvements principaux avec des sous-ensembles.

PÉDAGOGIE : A l'issue du séminaire, un DVD est proposé dans lequel Madame LIU Ya Fei, créatrice de la méthode développe les mouvements. Un polycopié élaboré par Annick Le Verre est remis aux participant(e)s, en attendant l'édition en français du livre original. Un séminaire de révision est à prévoir, utile pour les professionnels de santé qui seraient disposés à diffuser la méthode....

ANIMATION : Annick Ronné le Verre, masseur kinésithérapeute, enseignante Qi Gong

COÛT : 420€ les deux jours de formation.

INSCRIPTION : www.degasquet.com

N° d'organisme : 11 75 33 185 75