



# STAGE

## *Qi Gong pour la santé Shi Er Fa*

avec Gérard NUNIGE

*Week-end du 2 et 3 septembre 2023*

à la Maison du Kleebach  
5 route du Kleebach - 68140 MUNSTER

Contact : Gérard NUNIGE - tél : 06 67 73 33 70

Courriel : [gerard.nunige@gmail.com](mailto:gerard.nunige@gmail.com)

Site internet : <https://www.gymchinoise.fr>

### Votre formateur

Pratique et enseigne le Qi Gong et le Tai Chi depuis plus de 20 ans. Diplômé en Qi Gong de l'École des Temps du Corps à Paris (M<sup>e</sup> Ke Wen) et du Centre de Beidaihe en Chine dirigé par Mme Liu Ya Fei. Formé au Tai Chi par Maître Chu King Hung et Thierry Alibert, école TAO. Formation diplômante d'éducateur sportif pour les activités gymniques d'expression et d'entretien de la Fédération Française Sports pour Tous.

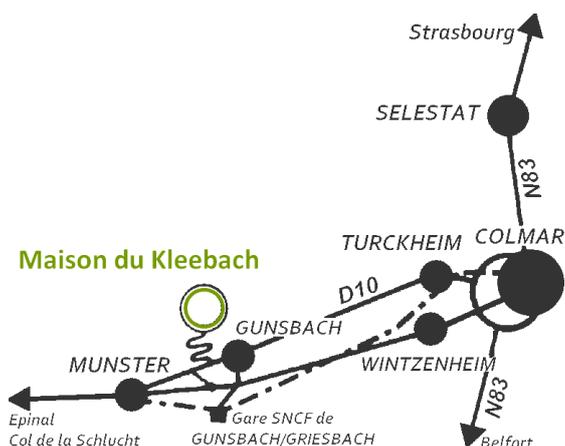
### Programme du stage (pas de niveau requis)

- Le **Daoyin Yangsheng Gong Shi Er Fa** est une méthode d'autorégulation de la circulation du Qi (l'énergie) et du sang destinée à accroître les fonctions des 5 organes (Cœur, Poumons, Foie, Rate, Reins) et des 5 viscères (Péricarde, Gros intestin, Vésicule biliaire, Estomac et Vessie). Les 12 mouvements de cette méthode sont harmonieux, symétriques et ont aussi un effet bénéfique sur la régulation du mental et des émotions.

**Horaires du stage :** Samedi de **14h30 à 18h30** (accueil à partir de **14h**)  
Dimanche de **9h30 à 16h** avec pause repas

**Prévoir :** Une tenue souple, une paire de chaussures pour l'intérieur et l'extérieur.

**Frais pédagogiques pour les cours : 60€**



Située en vallée de Munster, en haut de la colline entre Munster et Gunsbach, orientée plein sud, la Maison du Kleebach se trouve à 1h 15 de Strasbourg, et à 20 mn de Colmar. Elle est accessible en train par la ligne TER Colmar-Metzeral, arrêt Gunsbach ou Munster.

Entièrement rénovée dans le respect de son environnement, la Maison a investi dans les énergies renouvelables : panneaux solaires et chaudière bois.

Les stagiaires réserveront directement leurs repas et/ou hébergement auprès de la **Maison du Kleebach** une fois leur inscription au stage effectuée.

Pour tous détails se rendre sur le site Internet : <https://www.maisondukleebach.org> ou tél.: 03 89 77 75 00

**A titre d'information, voici les tarifs pour les repas et l'hébergement :**

- Pension complète (dîner samedi, petit-déjeuner et déjeuner dimanche) :	73,50 €
- Demi-pension :	61,50 €
- Repas seul : déjeuner ou dîner :	20,00 €
- Supplément chambre individuelle :	15,00 €
- Taxe de séjour :	0,80 €

---

**Bulletin d'inscription au stage Qi Gong Shi Er Fa  
du 2 et 3/09/2023**

**à retourner à Gérard NUNIGE 5 rue de Bergheim 67100 Strasbourg**

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Courriel : \_\_\_\_\_

**Je m'inscris au stage du 2 et 3/09/2023**

- Je joins un chèque de **60 €** pour les frais pédagogiques à l'ordre de Gérard NUNIGE
- J'autorise l'utilisation du droit à l'image

Je prendrai :

- la pension complète
- la demi-pension
- le repas du .....

**DATE :**

**SIGNATURE :**