



# STAGE DE QI GONG

## *Les 8 Pièces de Brocart ou Ba Duan Jin*

avec Gérard NUNIGE

*Week-end du 14 et 15 octobre 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'Ecole 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)

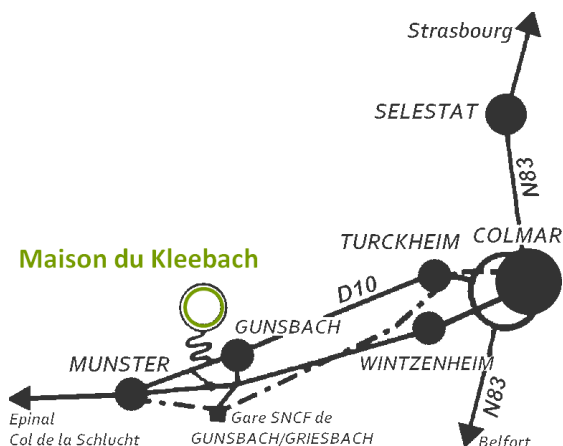
- Les **8 pièces de brocart** ou **Ba Duan Jin** sont 8 exercices énergétiques de santé, simples à mémoriser. Ils visent à fortifier les organes et les fonctions physiologiques. Ils améliorent la forme physique et la souplesse, renforcent l'équilibre physique et mental, activent et rééquilibrent la circulation de l'énergie interne (le Qi). **Ba Duan Jin** signifie les **8 pièces de tissu en soie**, rehaussées de dessins brodés, portées sous forme de manteau par les dignitaires chinois.

**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 Günsbach, 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 Günsbach 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 de Qi Gong Les 8 Brocarts de Soie  
du 14 et 15/10/2023**

**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 14 et 15/10/2023**

- 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 :**