



# STAGE DǎO YǐN

4 février 2023

Salle Simmertal, 64 rue Alphonse  
Fouschard 44521 OUDON

9h - 12h

Tarif : 40€ (30€ pour les adhérents)

Inscription : 0689381512

[yuansourcecontact@gmail.com](mailto:yuansourcecontact@gmail.com)



Yuan Source

Le **Dǎo Yǐn** 導引 est un ensemble de méthodes issu de l'antiquité chinoise qui a pour but de préserver la santé. Il se compose d'étirements, de méditations, d'acupressions, de respirations, de mouvements inspirés par les animaux...

Venez vous ressourcer et partager un moment convivial, énergisant, bienveillant.

Ce stage est animé par **Frédéric Sourice**, Enseignant de Tai Chi Chuan & Qi Gong, thérapeute en Médecine Traditionnelle Chinoise & Shiatsu.

L'organisation de l'évènement est en collaboration avec l'association **EVOLUTE**.

**Ouvert à tous !**