



# STAGE DǎO YǐN

25 janvier 2025

## INFORMATIONS & INSCRIPTION :

Lieu : Salle Simmertal, 64 rue  
Alphonse Fouschard 44521 OUDON

Horaires : 9h - 12h

Tarif : 35€ (45€ pour les non-adhérents)

Contact : 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 et la Nature...

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

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

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

**Ce stage est ouvert à tou.te.s !**