



# STAGE DAO YIN

31 janvier 2026

## INFORMATIONS & INSCRIPTION :

Lieu : Salle Simmertal, 64 rue

Alphonse Fouschard 44521 **UDON**

Horaires : 9h30 - 12h30

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.

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

**Ce stage est ouvert à tou.te.s !**