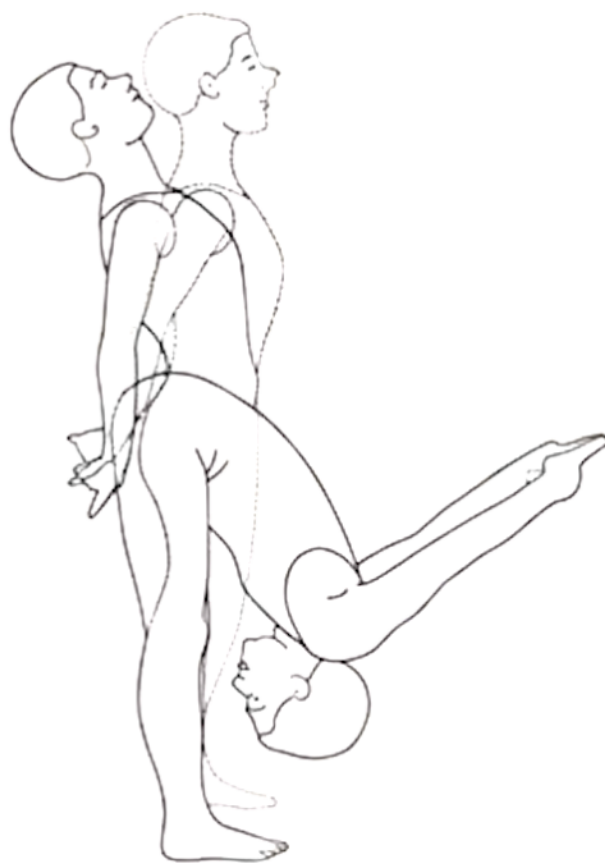


真
向
法

導
引



STAGE MAKKO-HO & DO-IN

EXERCICES D'ÉTIREMENTS ÉNERGÉTIQUES PAR LES MÉRIDIENS & STIMULATION DE LA VITALITÉ PAR DES AUTO-MASSAGES.

SAMEDI 10 OCTOBRE 2026

INFORMATIONS & INSCRIPTION :

Lieu : Club **E.M.I** au 37 rue de Coulmier à **NANTES**

Horaires : 9h30 à 12h30

Tarif : 35€ (45€ non adhérents)

Contact : 0689381512

yuansourcecontact@gmail.com

www.yuansource.fr

Les exercices d'étirements « **Makko-Ho** » constituent un diagnostic de l'état des méridiens de la médecine chinoise et améliorent formidablement la souplesse du corps.

Le « **Do-In** » est un art des gestes qui (re)donne de l'énergie. L'idée est d'améliorer la circulation du Ki à travers des auto-massages.

Programme :

- apprentissage de la série Makko-Ho
- découverte de la pratique Do-In

Cet atelier est une bonne introduction et un complément au **stage de Shiatsu** du **samedi 10 octobre (14h-17h)**

Le stage est ouvert à tou.te.s !

Organisation : Association « **Yuan Source** »

Enseignement : **Frédéric SOURICE**



Yuan Source