



L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD)

Quan De Ren, Gap

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) Quan De Ren, Gap

 [Telecharger L'art du Qi Gong Ee Tong \(1DVD\) ...pdf](#)

 [Lire en Ligne L'art du Qi Gong Ee Tong \(1DVD\) ...pdf](#)

L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD)

Quan De Ren, Gap

L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) Quan De Ren, Gap

Téléchargez et lisez en ligne L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) Quan De Ren, Gap

207 pages

Présentation de l'éditeur

Qi signifie le souffle, l'énergie ; Gong représente le travail, la méthode, la pratique ; Ee désigne la conscience, l'intention et Tong la direction, le mouvement, la circulation. Ainsi, le Qi Gong Ee Tong est une symbiose de la méditation en mouvement, de la respiration, de la gymnastique corporelle, des méridiens et des points d'acupuncture. Illustré de nombreuses photographies et de schémas explicatifs, cet ouvrage novateur présente les bases du Qi Gong Ee Tong ainsi que sa philosophie, à travers les mouvements élémentaires debout et les sept techniques de contrôle du qi interne. On y découvre également les mouvements dynamiques - techniques du serpent, du dragon, du tigre -, et la technique assise de relaxation et de méditation. Le DVD, véritable "guide" pas à pas, séduira les débutants autant que les initiés dans l'apprentissage et la pratique. Biographie de l'auteur

Disciple de grands maîtres wushu, art martial chinois, depuis sa sixième année, maître Ren Quan De représente la septième génération wushu Tangping Hui du Ningxia (une province autonome chinoise sur la route de la soie). Il a créé tant les fondements théoriques du wushu Qi Gong Ee Tong que sa technique, imprégnés des Hui et de la santé traditionnelle millénaire chinoise. Peintre et graveur, Gap est élève de maître Ren Quan De et fondatrice de l'association Qi Gong Ee Tong France. Elle enseigne la pratique du Qi Gong Ee Tong, organise des stages en France et en Chine avec maître Ren Quan De.

Download and Read Online L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) Quan De Ren, Gap #F5EIRNCSO2H

Lire L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) par Quan De Ren, Gap pour ebook en ligneL'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) par Quan De Ren, Gap Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) par Quan De Ren, Gap à lire en ligne. Online L'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) par Quan De Ren, Gap ebook Téléchargement PDFL'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) par Quan De Ren, Gap DocL'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) par Quan De Ren, Gap MobipocketL'art du Qi Gong Ee Tong (1DVD) par Quan De Ren, Gap EPub

F5EIRNC SO2HF5EIRNC SO2HF5EIRNC SO2H