

# QIGONG S FRANÇOISEM HAINRYM

21. – 22. listopadu

Seminář je veden v angličtině a je vhodný pro ty, kdo mají s taiji nebo qigong předchozí zkušenost.

sobota 10:00 – 13:00 h  
15:00 – 18:00 h  
neděle 9:30 – 13:00 h  
TJ SOKOL Tyršův dům,  
Újezd 451, Praha 1

**Cena workshopu je 100 EUR.**

Platba v hotovosti na místě.

## **Program:**

Praktické procvičení qigong principů, qigong pozic a prvků z qigong sestav.

**Wudangský elixír** – základní statická a dynamická forma

**Daoyin Yangsheng Gong** - korekce a vylepšení

## **Lektor:**

**François Hainry (You Li Fa)** vede Association Bretonne de Tai Chi Chuan & Disciplines Internes ve Francii. Qigongu, taiji a dalším vnitřním stylům čínských bojových umění se věnuje 40 let. Studoval přímo u mistrů Zhang Guang De, Erle Montaigne, Li Xiao Ming, Yayama, You Xuan De a dalších. Lektoruje kurzy v Bretani a v ČR.

**Přihlášky:** Petra Cempírková,  
petra.cempirkova@seznam.cz, tel.: 604 553 118

[www.qigong-praha.cz](http://www.qigong-praha.cz)

[www.abtcc.fr](http://www.abtcc.fr)

