

Anthropologie des techniques du corps/ Voie du Souffle Primordial (Yuan Qi Tao) par Serge Mairet

Saison **2012-2013**



MARDI :

- **de 16h à 17 h:** Techniques préventives et thérapeutiques (concernent les systèmes musculo-squelettique, neuro-musculaire et neuro-sensoriel; en position couchée).

- **De 17h à 18h:** alchimie taoïste: techniques de conduite du souffle de la Chine ancienne (préventives, en position debout, développent le Qi).

- **De 18h à 19h:** techniques de méditation du bouddhisme ch'an (pour pacifier l'esprit et faire le vide mental; s'effectuent sur une chaise). Ethno-musicothérapie en alternance tous les quinze

jours.

Lieu: SACAMP, 75 rue de l'Ourcq, 75 019-Paris (M° Crimée, sortie Avenue de Flandres).

MERCREDI :

- **de 19h à 20h:** alchimie taoïste, techniques de conduite du souffle de la Chine ancienne (préventives, en position debout, développent le Qi.)

Lieu: 6 rue de Paradis, 75 010-Paris

JEUDI :

- **de 10h à 11h:** (techniques préventives et thérapeutiques en position couchée; concernent les systèmes musculo-squelettique, neuro-musculaire et neuro-sensoriel).

- **de 11h à 12h:** techniques de méditation du bouddhisme ch'an (pour pacifier l'esprit et faire le vide mental; s'effectuent sur une chaise).

* Cotisation à l'année ouvrant droit à tous les cours.

Plus d'information sur www.serge-mairet.com

Contact email :

smairet@gmx.fr