

# QIGONG S FRANÇOISEM HAINRYM

12. – 13. dubna

Workshop 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 09:30 – 13:00 h

TJ SOKOL Praha Královské Vinohrady,  
Polská 2400/1, Praha 2

**Cena workshopu je 130 EUR.**

Platba v hotovosti na místě.

## **Program:**

Výuka a praktické procvičení qigong principů, qigong pozic a základních prvků z qigong sestav, korekce při cvičení ve dvojicích.

**Daoyin Xiangu Cave** – sestava 12 cviků od mistra Hu Xiao Fei a další qigong sestavy na podporu dlouhověkosti.

## **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 přes 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)

