

Activité Inter Universitaire

QI GONG

Hervé DOHIN

DESCRIPTION DU COURS

Activité proposée avec l'Université Toulouse 2 Jean Jaurès et l'Université Toulouse 3 Paul Sabatier (UPS).

En chinois, *Kung* (gong) signifie travail et *Chi* (Qi) désigne l'énergie ; on désigne ici l'énergie qui circule à travers le corps. *Qi Gong* signifie par conséquent « démarche » ou « travail » permettant « de prendre conscience, d'explorer, d'améliorer, de contrôler l'énergie interne ».

Le Qi Gong est une pratique utilisée depuis des millénaires par le peuple chinois pour maintenir et améliorer la santé et pour développer une plus grande puissance dans les arts martiaux.

L'atelier à l'université propose de découvrir l'univers du travail énergétique intime avec le Qi Gong.

Niveau débutants.

JOUR

HORAIRE

LIEU

Jeudi

10h30-12h15

Gymnase UT2J

INSCRIPTION

Signalez à l'enseignant que vous êtes étudiant à UT1 et que vous souhaitez être noté.



2ème semestre :

Début des cours semaine du 21 janvier 2019