

# Clermontois

10

## VENEZ PRATIQUER LE QI GONG La petite association est devenue grande

**CLERMONT** L'association clermontoise Esprit Shaoyin compte désormais 4 professeurs, est présente dans 9 villes et a élargi sa gamme d'activités avec du Feng Shui et du Bazi.

*L'art martial et l'art de bien-être sont les deux versants d'une même montagne.* » Proverbe que suit l'association de Qi Gong, Esprit Shaoyin. La petite association clermontoise prend de l'ampleur et étoffe ses prestations auprès du public.

Aujourd'hui, elle ne compte plus une professeure, Cécile, mais quatre avec Marc, Irma et Chrystelle. Un seul but : procurer du bien-être et un mieux-être. Désormais, Esprit Shaoyin propose des cours dans neuf villes de l'Oise, « *souvent accueillis par d'autres partenaires qui veulent diffuser le Qi Gong : Clermont (dans nos locaux, au CAL, dans une salle de la mairie), Baillieux-sur-Thérain (mairie), Hermes (mairie), Mouy (MJC), Beauvais (Ufolep, Voisinlieu pour tous), Verneuil en Halatte (Leo Lagrange), Montataire (3M) et Amiens (association amie) ».*



### VOYAGE EN SOI ET AUTOUR DE SOI

Enfin, l'association poursuit pour cette 3ème année son parcours « voyage en soi et autour de soi » pour la prévention de la perte d'autonomie des seniors. Au programme de ce dernier : un accès aux personnes en longue maladie ou ayant des limitations ; une expérimentation à la Maison Médicale de Montataire avec une élève psychologue clinique et Cécile ; des « voyages recentrés sur la découverte de la culture asiatique avec une approche fengshui et Bazi ; le partenariat avec Yealth, illustré cette année par une réflexion commune sur l'équivalence du potentiel de santé que surveille Yealth avec ses appareils connectés, et l'énergie ressentie en Qi Gong.

M.M.D.

<http://www.esprit-shaoyin.fr/>

**L'association Esprit Shaoyin de Clermont propose des stages les 19 et 20 octobre prochains.**

avec Cécile, et des conférences de Priscilla (les énergies du corps et les points d'acupuncture) le 1<sup>er</sup> et le 22 novembre. A noter : pour la 4<sup>e</sup> année, le Maître exceptionnel So Cho Kun, maître d'arts martiaux internes chinois, donnera deux stages les 19 et 20 octobre et en février, appuyé par 3 heures de préparation hebdomadaire par un petit groupe étudiant cette voie traditionnelle en Taichi et Qi Gong. Le samedi 19 octobre, sera à destination des seniors et le 20 sera proposé aux débutants de la pratique.

### DU FENG SHUI ET UN STAGE

L'association grandit avec également de nouveaux ateliers ponctuels en Feng Shui (énergies de la terre) le 26 octobre, Bazi (énergies du ciel, l'astrologie chinoise) le 29 novembre avec Chloé, en liaison avec les ateliers Qi Gong et Nature, les 18 janvier, 14 mars, 25 avril