



INFOS rentrée 2026 / 2027 Qi Gong, Taichi & Baguazhang

Les inscriptions sont ouvertes !

La reprise des cours est fixée à la semaine du **17 septembre 2026**.

Débutant ou pratiquant avancé, nos sessions s'adaptent en permanence à votre niveau, permettant à chacun d'apprécier et d'affiner sa pratique dans le confort de son propre rythme, vers l'objectif de maîtriser les séquences des Taolus ou séries.

Nous mettons l'accent sur l'adaptabilité et la simplicité de l'apprentissage.

Interventions adaptées en entreprise

Horaires des cours et nouveautés à partir du 17.09.26

NEWS ! pour les groupes

- Qi gong & Méditation Tch'an le lundi matin au pôle Phoenix
- 1 atelier trimestriel à Trévou Baguazhang & Marches
- 1 atelier mensuel à Phoenix, le premier samedi du mois
- 2 temps de formation en Bretagne Phoenix & Nantes
- **Formations au Qi Gong des monts Wudang et Baguazhang avec le centre TERRE D'ASIE** (disciple de Maître Yuan Limin) Ouvert à tous
* Huelgoat et au pôle Phoenix, toute l'année. Planning sur l'espace agenda du site gilleslepicard.com et qiqonglannion.com
- 1 séjour immersion aux Philippines, suivez les traces de la médecine des 3 corps du Dr Janine Fontaine **Formation de DAMA HEALING et soins avec Michelle Orbito & RDV individuels à Phoenix**

1

Lundi Qi Gong

- Qi gong* & méditation tchan, Phoenix * 10:30h
- Lannion 15h
- St Quay Perros 17:30h

2

Mardi

- Lannion 10:45 h
- Pôle Phoenix* 14:30 h

3

Mercredi

- Trégastel 11h
- Pôle Phoenix* 14 h
- Trévou 17:30h salle des sports
- * groupe débutant à entretien de la pratique du Qi Gong, niveau facile



Ateliers et formules Interview Qi gong du Wudang ([lien](#))

2

Ateliers mensuels

1er samedi du mois - Atelier de Qi Gong au pôle Phoenix. 4 heures. (1 atelier par trimestre inclus pour les élèves)

[Inscription toute l'année \(lien ici\)](#)

1 samedi par trimestre à Trévou

3

Ateliers inclus

Les personnes inscrites à l'année peuvent participer sans surcoût à 3 ateliers dans l'année. (12 heures)

[Inscription ici](#)

8

Cours par semaine

8 cours par trimestre dont la méditation Tch'an

[inscription toute l'année ici](#)

36

Heures de cours par an par

et jusque 16 heures supplémentaires possibles avec les ateliers



Informations pratiques

Retrouvez toutes les informations actualisées et des vidéos pédagogiques sur notre site web :

www.qiqonglannion.com.

La pratique du Qi Gong favorise l'ouverture du corps, apaise l'esprit et développe une maîtrise sereine du mouvement.

Très ancré dans le quotidien, les bienfaits se révèlent dans différents aspect de la vie de tous les jours, de l'adaptation au renforcement de notre sécurité intérieure.

Nos cours sont ouverts à tous, quel que soit votre niveau. Vous pouvez nous rejoindre à tout moment de l'année, avec des options d'inscription à l'heure, au trimestre ou à l'année.

Pour ceux dont l'emploi du temps est chargé, des sessions adaptées sont également possibles.

Le cabinet participe aux cycles de pratique du Baguazhang et de la pratique l'épée avec l'ECOLE TERRE D'ASIE de Huelgoat.

[Fiche d'inscription ici](#)



Les pratiques

Les 13 principes du Wudang

la structure des déplacements du TAO

La boîte de l'aisance et de la liberté intérieure

une pratique fluide et vivante pour développer présence, souplesse et confiance

Qi gong baton & Bagua zhang

arts internes en mouvement, ateliers spécifiques dédiés. Une pratique "continue" est conseillée pour se joindre à l'atelier

Nei yang gong

nourrir l'intérieur, séquences douces et puissantes, pour tous



Les 36 pas

l'excellence du TAO

Les 18 pas de Maître Yuan Limin

une séquence fondamentale du Qi Gong, transmise par le Maître Yuan Limin, alliant fluidité, ancrage et circulation du Qi

Les 5 animaux du Wudang

L'alchimie du TAO. Le serpent, le tigre, la grue, le dragon, la tortue. L'intégration des séquences est poétique, magique et ouvre un espace de transformation très concrète

La tonification générale

renforcement du corps. Magnifique séquence douce et forte pour entrer dans la magie de la pratique des arts taoïstes

Cabinet de consultation, depuis 1997

Le cabinet du pôle Phoenix est ouvert toute l'année pour les accompagnements individuels

NEWS* ! pour les rdv individuels, [Fiche d'inscription ici](#)

Sophrologie, relaxation

Sommeil, rêves et interprétation, domestiquer et réguler le monde de la nuit

Massage Thaï traditionnel, Chiang Mai

Lumino stimulation & cristal thérapie*

Lampes hypnagogiques (ajjna, dream lamp* & inner light)

Informations sur le site web dédié [ICI](#)



Voyage aux Philippines

28 octobre au 9 novembre 26 & immersion à Phoenix du 15 au 19 février 27 [lien ici](#)

Né d'un rêve, le voyage aux Philippines offre une immersion dans le monde des guérisseurs Philippines avec [Michelle Orbito](#). Partenaire de [GILLESLEPICARD](#) & [SHIZEN ACADEMIE](#).
[inscription ici](#)

Séjour 2 soins philippins par jour + 1 soin Hilot x 5 jours, découverte médium de Esperitista + ateliers Qi Gong, rêves lucides, & temps de reliance avec les guérisseurs

Des créneaux de rdv individuels avec Michelle sont disponibles les 1 et 2 septembre 2026 au pôle Phoenix (fiche inscription en passant par le lien).



Formations et partenariats

La coopération avec l'école de massage **SHIZEN SCHOOL** (cliquez sur le nom) donne accès aux financements CPF sur des domaines liés à la santé et aux pratiques alternatives, pour la plupart uniques (travail avec la lumière les soins philippins, les bols Tibétains, les cristaux & centres d'énergies, lampes de stimulation cérébrales, les rêves lucides...)

1

Ateliers mensuels

Pratiques régulières pour approfondir vos connaissances

2

Stages trimestriels

Immersion plus profonde dans les pratiques

3

Formations non-stop

Apprentissage continu pour tous les niveaux

4

Cours adaptés

Chaque semaine, des cours sont spécifiquement adaptés à certaines pathologies, (Parkinson, accompagnement cardiaque, handicap physique, mentale, dépression...) et peuvent être pris en charge par des mutuelles. Renseignez vous auprès de votre assurance et médecin.

5

Accompagnement pour les entreprises

Des programmes de Qi gong, sophrologie et d'intervention en relaxation sont organisés et adaptés sur mesure pour des groupes.

Convention avec les CE



Lannion



Nantes



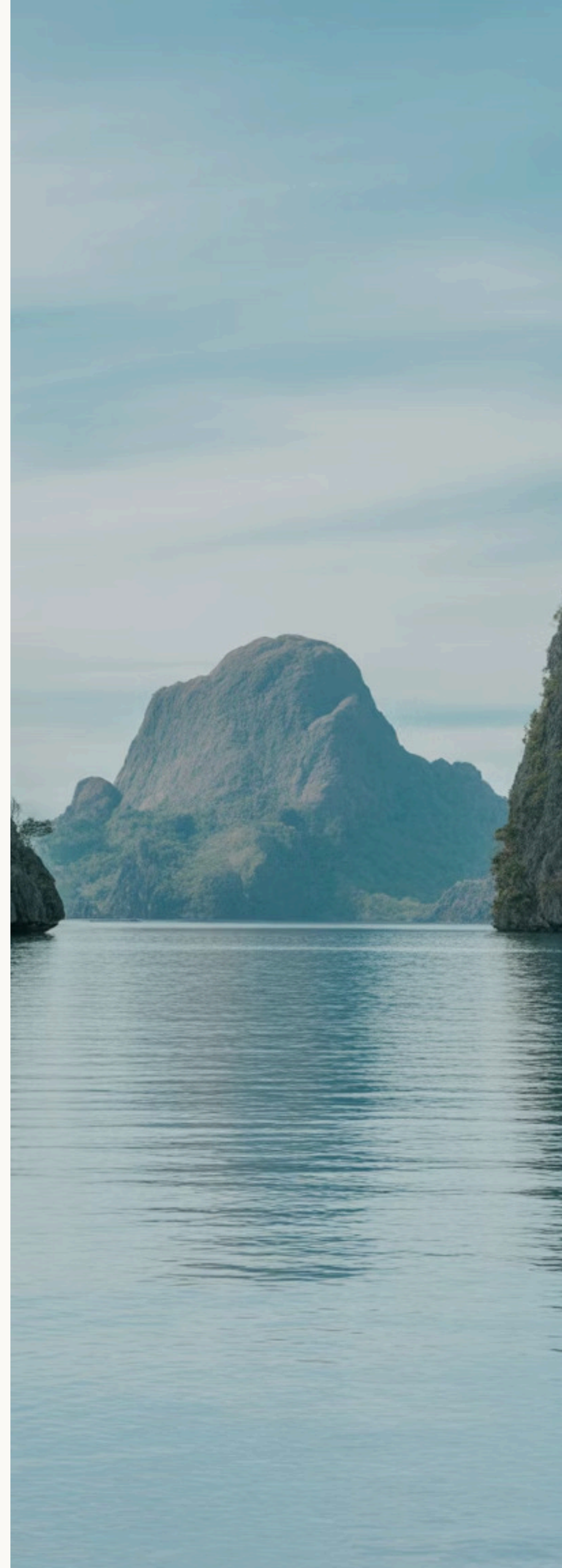
Île du Prince Édouard,
Canada



La Union, Philippines

Informations disponibles à l'adresse suivantes : www.shizen-academie.com

--





Visitez nos autres sites web

Découvrez nos univers et ceux de nos partenaires en ligne, chacun dédié à une pratique, une approche ou une ressource complémentaire, et référence dans son milieu de compétence.



qiqonglannion.com

Qi Gong et pratiques des arts énergétiques à Lannion.



reveslucides-obe.com

Explorer les rêves lucides et les expériences de conscience.



gilleslepicard.com

Un espace personnel autour des projets et des inspirations.



shizen-academie.com

Formations, enseignements et contenus pédagogiques.



shizenSchool.com

Une école dédiée à l'apprentissage et à la transmission.



terredasie.fr

Voyage, culture et inspirations venues d'Asie. Formation au Qi Gong & Taichi des monts du Wudang - Huelgoat / Pôle Phoenix



✨ **Votre avis compte !** Si notre rencontre ou nos séances (en Sophrologie, Qi-Gong, Lumino-stimulation ou Rêves lucides) vous ont apporté du bien-être, de l'énergie ou un nouvel éclairage, nous serions très heureux d'avoir votre retour.

Quelques mots sur votre ressenti, notre approche ou les bienfaits perçus – et pourquoi pas une note ★★★★★ – aideraient énormément à faire connaître notre travail et à continuer d'accompagner ceux qui en ont besoin.

Si vous êtes d'accord, vous pouvez partager votre avis directement ici :

Sur ma page Google Pro : [\[Lien Google\]](#)

Ou sur les Pages Jaunes : [\[Lien Pages Jaunes\]](#)

📄 🙏 Merci Vos retours comptent !