

Bonjour

Nous nous réjouissons de votre participation à notre formation de Chi Nei Tsang® sous forme de retraite. Pour que vous puissiez en bénéficier le plus pleinement possible, nous vous recommandons de planifier un peu de temps un mois avant le début du cours pour les préparations (facultatives) ci-dessous.

Cordialement - Veetao et Rentao

I Recommandations de soin pour votre corps et vos organes vitaux

Pendant la formation, vos propres organes seront travaillés et détoxifiés. Pour que cette expérience soit la plus efficace et la plus agréable possible pour votre propre organisme, nous vous recommandons :

- 01 Au moins un mois avant le début du cours, observez votre alimentation et essayez de supprimer : alcool, café, friture, et tous les aliments qui vous irritent (gluten, lactose etc...)
- 02 Vous pouvez aussi suivre un programme de nettoyage des intestins et des organes vitaux (herboristerie chinoise, aromathérapie, homéopathie, irrigations cloniques quelque que soit la modalité qui vous convient le mieux).

Pour le début du cours, **merci de penser à vous couper les ongles** et d'éviter les parfums ou huiles essentielles.

II Lecture: Guide de la formation CNT et un article du CNT

01 Guide de l'étudiant.e en Chi Nei Tsang (CNT):

https://www.universal-healing-tao.ch/media/attachments/2021/01/25/02-cnt-guide-1_f_2021.pdf

02 Article général de présentation du Chi Nei Tsang :

https://www.universal-healing-tao.ch/media/attachments/2019/11/25/07-info-cnt-article_f.pdf

III Rechercher, étudier à votre guise...

Le massage Chi Nei Tsang est dérivée de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC). Il est à la fois physique (techniques manuelles) mais aussi énergétique. Pour vous préparer vous pouvez vous renseigner sur :

Note: Vous trouverez les éléments suivants aussi dans le livre de Mantak Chia cité ci-dessous

- L'approche holistique de la Médecine Traditionnelle Chinoise
- Le Système des Cinq Eléments (ou Cinq Phases d'Énergie) qui classifie nos organes
- Le qi ou chi (énergie)

Pour localiser et comprendre le fonctionnement des organes, il est très utile d'avoir une connaissance de :

- L'anatomie et localisation des organes vitaux et des viscères
- Le fonctionnement du système digestif

Note: Vous trouverez un document d'anatomie utilisé pendant les cours sur notre site :

Lien: https://www.universal-healing-tao.ch/media/attachments/2022/02/01/anat_physio_website.pdf

III Matériel fourni pendant le cours

01 Support de cours

02 Vidéos du protocole de massage

03 Vidéos des pratiques de méditation du Sourire Intérieur et des Six Sons de Guérison

IV Matériel recommandé (facultatif)

01 Livre de Mantak Chia: Chi Nei Tsang / Massage Chi des Organes internes (Editions Trédaniel)

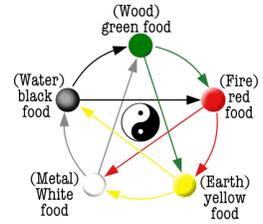
02 Fouet de bambou CHF 25 peut être commandé à l'avance / ou en vente sur place

03 Couteau de gwasha CHF 20 peut être commandé à l'avance / ou en vente sur place

04 DVD de Qi Gong CHF 25 peut être commandé à l'avance / ou en vente sur place

Informations Chalet St-Paul

Contact : Pour toutes les informations sur le lieu et le logement de la retraite
Contacter Rentao Ravasio 076 332 39 39



Cuisine des 5 Eléments

Chambres Toutes les chambres ***sont individuelles*** et disposent d'un lavabo.
Les toilettes et les douches se trouvent à l'étage. Les linges de bain sont fournis.
Pour les couples : possibilité de chambre à deux lits

Tarifs Le prix comprend le logement et la pension complète (3 repas + tisanes /cafés à volonté)
Du samedi soir au samedi matin - 7 jours

Le prix de la chambre et des repas est à verser avec le prix du stage
Prix de la formation CHF 1 360 + CHF 1140 pension complète

Versement Vous trouvez le compte bancaire dans le document « pdf confirmation » envoyé par email après votre inscription.

Adresse : **Chalet-St-Paul** - Anne-Marie Reichenbach Schwaller – 079 237 48 27
Chemin du Poyet 18, 1634 La Roche, Fribourg, Suisse
Site : www.chaletsaintpaul.ch



Au Chalet St-Paul, on se sent tout de suite à la maison.

Les espaces communs sont accueillants et il fait bon y partager un moment

Un geste d'accueil de la part du Chalet St-Paul : chaque hôte peut choisir à son arrivée la chambre qui lui convient (taille, décor, vue etc.) et au dernier jour, avant le départ, chaque hôte refait le lit pour la personne suivante