

NEI KUNG DE LA MOELLE DES OS

100% PRESENTIEL

DURÉE: 1 JOUR/6H

DATE, LIEU, HORAIRES

Plusieurs sessions organisées à
Toulouse et hors Toulouse
Voir le calendrier sur notre site pour
connaître les dates et lieux.

PUBLIC ET PREREQUIS

Tout public : Professionnels de
santé, éducatif, artistique, service à
la personne, salariés en poste
et/ou en reconversion,

Aucun prérequis

TARIF : 190€ HT net de taxes dont
30% d'arrhes

CERTIFICATION :

Formation validant des heures de
pratique pour la certification de
l'UHTS® Professeur de Qi Gong*¹

CONTACT :

lesventreslibres@gmail.com

07 54 36 80 60

Dans le Nei kung de la moelle osseuse, nous apprendrons la
fonction des os dans le corps humain, dans la perspective taoïste
mais aussi dans la perspective de la physiologie moderne.

Forts de ces connaissances nous découvrirons les secrets
ancestraux parmi les mieux gardés du qi gong. Nous apprendrons à
nettoyer les os et à les remplir d'énergie purifiée, à compresser le
qi et le jing dans les os. L'énergie et l'essence, accumulées dans les
organes sexuels, seront amenées vers la moelle des os afin de
revitaliser notre corps (la moelle est le lieu de formation des
cellules sanguines qui participent au système immunitaire).

C'est un Qi gong . interne puissant, utilisé aussi bien par les
pratiquants d'arts martiaux pour renforcer leur puissance interne
que par les taoïstes soucieux d'augmenter leur vitalité

**Cette formation valide des heures POUR LA CERTIFICATION
EN PROFESSEUR DE QI GONG DE L'UHTS®-(voir les modalités sur
notre site)**



OBJECTIFS

- Comprendre l'importance des os dans notre système de santé
- Savoir nettoyer énergétiquement les os
- Comprendre le lien entre émotions et os
- Savoir comment renforcer les os
- Savoir utiliser le jing qi pour renforcer les os
- Savoir renforcer le système des pompes du corps et la puissance fasciale au niveau de la colonne et au niveau des organes
- Savoir utiliser le fouet en bambou
- Connaître les prudences quand à l'utilisation des exercices du nei kung de la moelle des os

MODALITES D'INSCRIPTION ET D'ACCES

L'accès à nos formations est possible jusqu'à 5 jours avant le début du stage. Cependant nous examinons toutes les demandes postérieures. Si vous avez des questions n'hésitez pas à nous contacter.

Avant l'inscription :

Candidater sur notre site www.lesventreslibres.fr via le formulaire de candidature/inscription.

Si la formation correspond à vos besoins¹ et que vous validiez les prérequis éventuels votre candidature est validée.

L'inscription est effective dès signature des documents contractuels² et du paiement en ligne.

Après l'inscription

Vous recevez par mail une confirmation d'inscription.

Une convocation est envoyée entre 15 jours et 1 mois avant le début du stage informant des dates, lieux de formation et informations pratiques.

Vous êtes invités à un groupe Whatsapp qui facilite les échanges d'informations pratiques et pédagogiques.

ACCESSIBILITÉ HANDICAP



Les ventres libres s'engagent à tout mettre en œuvre pour l'accueil de tous les stagiaires, sans discrimination et à favoriser l'accessibilité des Personnes en Situation de Handicap (PSH), qu'il soit apparent ou invisible (douleur dos, difficultés à tenir une position debout etc...).

Pour toute question sur l'accessibilité de nos formations vous pouvez contacter le référent Handicap : Olivier BARRE : 06 99 04 49 38 ou referenthandicap.lvl@gmail.com.

Partenaire avec l'Association de Gestion du Fonds pour l'Insertion des Personnes Handicapées (Agefiph), nous étudierons ensemble vos besoins et adapterons si possible notre formation.

NOMBRE DE PARTICIPANTS

minimum: 8, maximum: 25

¹ Questionnaire de pré-inscription

² dans la limite des places disponibles



DATES ET LIEUX DE FORMATION

Plusieurs sessions sont organisées : les dates et sites sont consultables sur notre site : <https://lesventreslibres.fr/>

HORAIRE

Lundi: Matin : 10h-13h /// Après-midi : 14h-17h

EQUIPE PÉDAGOGIQUE-ENCADREMENT

Responsable pédagogique : Olivier BARRE

Intervenant mobilisé :

Olivier BARRE, Professeur principal (instructeur sénior niveau 2) en Qi Gong, Tao Yin , Tai ji, Cosmic healing et Chi Nei Tsang à l'école Mantak Chia depuis 2004. Praticien en médecine traditionnelle chinoise depuis 2009.

Il est reconnu par Maître Mantak Chia pour former et certifier les instructeurs et praticiens dans ces pratiques.

<https://www.universaltaoinstructors.com/olivier-barre-4152/>

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

La formation est axée sur la pratique : les techniques proposées seront accompagnées d'une présentation théorique simple.

La technique enseignée est montrée par petites séquences

Le formateur corrige la posture des participants pendant leur pratique et répond aux questions des uns et des autres.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Support de cours remis aux participants
- Exposé des diapositives PowerPoint (anatomie/ physiologie, énergie/ qi gong)
- Conseil de lecture d'ouvrages spécialisés

SUIVI DE L'EXÉCUTION, ASSISTANCE PÉDAGOGIQUE ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS

AVANT L'INSCRIPTION :

- Évaluation du niveau des participants et recueil des attentes et des besoins renseignés dans le formulaire de candidature/inscription.
- Entretien téléphonique par le responsable pédagogique si besoin
- Entretien de positionnement

EN COURS DE FORMATION :

Nous utilisons la pédagogie active en favorisant l'engagement du stagiaire par :

- le suivi de sa progression et l'accompagnement en cas de difficulté d'apprentissage : par l'attention portée sur sa pratique au cours de la formation, et les adaptations proposées par le formateur le cas échéant.
- la modularisation des séquences pédagogiques selon les jours de formation (par objectifs intermédiaire



- Suivi de la pratique des élèves : corrections des postures, réponses aux difficultés éventuelles
- Forum de partage avec questions et expériences partagées sur WhatsApp.
- Une feuille d'émargement à signer par le stagiaire et le formateur par demi-journée de formation.

A LA FIN DE FORMATION : ÉVALUATION DES ACQUIS

- Les stagiaires sont évalués sur la base d'une grille mesurant si les objectifs de la formation sont atteints.
- Attestation de formation remise suite à la réception par Les Ventres Libres du questionnaire d'évaluation/satisfaction à froid disponible 15 jours après la fin de la formation qui valide la progression pédagogique de l'élève.

ENGAGEMENT DES VENTRES LIBRES

Donner la prestation définie dans ce programme. Être à l'écoute de chaque participant de façon à lui permettre de mettre à profit le mieux possible cette formation. S'abstenir de tout prosélytisme sectaire, philosophique, religieux et politique.

TAUX DE SATISFACTION DES ÉLÈVES/TAUX DE RÉUSSITE :

Promotion en cours-résultats à venir

CONTENU DÉTAILLÉ

JOUR 1 :

QI GONG DU MATIN

Echauffement du matin

CONCEPT GÉNÉRAL :

Os & sang

Os & système immunitaire

Os & système hormonal

Principes de précaution d'usage et contre-indication

PRÉPARATION

Exercices de compression les 10 zones

Travail des muscles du qi et du chong mai

Respiration des os :

Respiration embryonnaire et succion des os

Activation des extrémités



Nettoyage énergétique
Compression du qi os par os

MISE EN PLACE DES ATTACHES ET PRÉCAUTIONS

Activation du jing qi pour chaque pompe de la colonne vertébrale
Activation du jing qi organes par organes
Activation du jing qi et compression osseuse
Utilisation des fouets en bambou ou en acier sur les membres et les organes

Évaluation du stage, conseils pédagogiques pour la poursuite des pratiques

Fin du stage pour les simples pratiquants.

Pour les stagiaires en formation pour devenir instructeur, qui ont acquis les prérequis et qui se sentent prêts

Évaluation en entretien individuel Nei kung de la moelle des os

L'entretien individuel pour les certifications nécessite une prise de rdv (nous contacter par mail: lesventreslibres@gmail.com).

Chaque examen dure une heure et coûte 80 euros à régler le jour même avant le début de la certification quelque soit le résultat de l'examen. Ensuite si vous réussissez l'examen, il y a un coût de 25 euros supplémentaire à régler pour les frais administratifs pour recevoir le certificat officiel de l'UHTS signé par maître Mantak Chia ainsi que par votre examinateur et apparaître officiellement sur le site international de l'UHTS