



QI GONG

Thérèse

06.33.52.85.79

Le Lundi de 14h30 à 15h45

Salle du Gros Buisson, rue des Grues
Derrière Karting avenue de La Rochelle- BESSINES

Art de santé

Une Gymnastique Chinoise Traditionnelle où
Corps, Souffle et Esprit s'harmonisent.

Le Qi Gong est un art millénaire qui permet à chacun d'entretenir sa santé physique et mentale.

A partir de mouvements précis, doux et harmonieux, accompagnés d'un travail respiratoire, la circulation du Qi – l'énergie vitale – est améliorée, préservant ainsi notre santé et notre vitalité.

Les douleurs physiologiques s'en trouvent améliorées par un relâchement des tensions musculaires et articulaires. La capacité pulmonaire est développée par les exercices de respiration et de mobilisation du souffle.

Calme intérieur et écoute du corps vont peu à peu développer l'attention de l'esprit. La fluidité de ce souffle de vie dans le corps procure une sensation immédiate de détente et de bien-être.



Un art ancestral à la portée de tous

LE SOUFFLE DU DÀO

Méthodes Traditionnelles Chinoises de Santé

En Vienne
Et Deux-Sèvres



Logo original : Sylvie Faity et Georges Thaller

Avec Sylvie FAITY

06.04.53.69.20 SMS / 05.49.59.11.41

sylviesouffledudao@gmail.com

www.lesouffledudao.com



Calendrier séances Qi Gong Septembre 2025 à début juillet 2026

BA - 14h30 Salle du Gros Buisson 79000 BESSINES

SEMAINE	DU... AU...	Cours n°	Lundi de 14h30 à 15h45
S 38	15 au 21 sept	1	Lundi 15 septembre 2025 C'est la rentrée
S 39	22 au 28 sept	2	Lundi 22 septembre 2025
S 39	Vendredi 26 sept à 18h -AG de votre asso BA Salle La Grange 79000 Bessines		
S 40	29 sept au 5 oct	3	Lundi 29 septembre 2025
S 41	6 au 12 oct	4	Lundi 6 octobre 2025
S 42	13 au 19 oct	5	Lundi 13 octobre 2025 apporter un tapis
S 43	20 au 26 oct	Vacances	Pas cours pendant les vacances scolaires
S 44	27 oct au 2 nov	Vacances	Pas cours pendant les vacances scolaires
S 45	3 au 9 nov	6	Lundi 3 novembre 2025
S 46	10 au 16 nov	7	Lundi 10 novembre 2025
S 47	17 au 23 nov	8	Lundi 17 novembre 2025
à St Sauvant	Stage Nei Yang Gong		Sam 22 et dim 23 novembre 2025 avec Mme Wang Yanli
S 48	24 au 30 nov	9	Lundi 24 novembre 2025
S 49	1 au 7 déc	10	Lundi 1 décembre 2025
S 50	8 au 14 déc	11	Lundi 8 décembre 2025 apporter un tapis
S 51	15 au 21 déc	Absente	Lundi 15 décembre 2025 - Pas cours Voyage en Chine
S 52	22 au 28 déc	Vacances	Pas cours vacances scolaires - Voyage en Chine
S 1	29 déc au 4 janv	Vacances	Pas cours pendant les vacances scolaires
S 2	5 au 11 janv	12	Lundi 5 janvier 2026
S 3	12 au 18 janv	13	Lundi 12 janvier 2026
S 4	19 au 25 janv	14	Lundi 19 janvier 2026
S 5	26 jan au 1 fév	15	Lundi 26 janvier 2026
S 6	2 au 8 fév	16	Lundi 2 février 2026 apporter un tapis
S 7	9 au 15 fév	Vacances	Pas cours pendant les vacances scolaires
S 8	16 au 22 fév	Vacances	Pas cours pendant les vacances scolaires
S 9	23 fév au 1 mars	17	Lundi 23 février 2026
S 10	2 au 8 mars	18	Lundi 2 mars 2026
S 11	9 au 15 mars	19	Lundi 9 mars 2026
S 12	16 au 22 mars	20	Lundi 16 mars 2026
S 13	23 au 29 mars	21	Lundi 23 mars 2026
S 14	30 mars au 5 avril	22	Lundi 30 mars 2026 apporter un tapis
S 15	6 au 12 avril	Vacances	Pas cours pendant les vacances scolaires
S 16	13 au 19 avril	Vacances	Pas cours pendant les vacances scolaires
S 17	20 au 26 avril	23	Lundi 20 avril 2026
S 18	27 avr au 3 mai	24	Lundi 27 avril 2026
S 19	4 au 10 mai	25	Lundi 4 mai 2026
S 20	11 au 17 mai	26	Lundi 11 mai 2026
S 21	18 au 24 mai	27	Lundi 18 mai 2026
S 22	25 au 31 mai	28	Lundi 25 mai 2026 Férié Pentecôte- Pas cours
S 23	1 au 7 juin	29	Lundi 1 juin 2026
S 24	8 au 14 juin	30	Lundi 8 juin 2026
S 25	15 au 21 juin	31	Lundi 15 juin 2026
S 26	22 au 28 juin	32	Lundi 22 juin 2026
S 27	29 juin au 5 juil	33	Lundi 29 juin 2026 Récupération cours du 15 décembre

FIN des COURS

Infos Qi Gong Bessines Animation Thérèse : 06.33.52.85.79

Professeure Qi gong Sylvie FAITY 06.04.53.69.20 sms sylvielesouffledudao@gmail.com
www.lesouffledudao.com



Enseignante : Sylvie FAITY,
Pratique le Qi Gong depuis 2008.
Enseigne depuis 2014.

S'est formée auprès de Pierre LAGORCE, Isabelle LEBLOND « Les Escarboucles rouges feu » et de Véronique DELHOMME « E.Qi'Libre ».

Puis de 2013 à 2016, jusqu'à aujourd'hui, suit les enseignements de

- * **Maitre KE Wen**, Ecole « Les Temps du Corps » Paris
- * **CASAYS Dominique** : kinésithérapeute, massage Tuina (2019-2020)
- * **Cyril JAVARY et Elisabeth ROCHAT de la VALLÉE** : sinologue,
- * **WANG Yan Li**, représentante du Nei Yang Gong en France, nièce de
- * **Maitre LIU Ya Fei**, directrice du département de recherche sur le Qi Gong Centre National Hôpital Beidaihe Chine : QG de la Femme, Nei Yang Gong
- * **Maitre ZHANG Guang De**, de la Faculté Education Physique de Pékin : Méthode DAO YIN YANG SHENG GONG : QG Général, QG 49 mouvements, QG du Cœur, QG des Poumons, QG Tendons et muscles.
- * **Maitre YU Dinghai** : Wu Qin Xi Le jeu des 5 animaux.
- * **Maitre ZHANG Ming Liang** Ecole E.Mei : DAOYIN 24 Energies, Etirements.
- * **MTC** avec Liliane PAPIN, Dr LAMY Bernard (2016-2019)
- * **Feng Shui -Bazi** avec Gérard TIMON « CSO » (2017-2019)
- * **Dr XIE Yu Hong** : MTC, GUOLIN Qi Gong, Shao Lin Nei Jin Yi Zhu Chan
- * **Dr ZHANG Ping An** : Qi Gong Xing Qi Jue - Yangsheng - Feng Shui
- * **LIU Ning Hai** : masseur Tuina, réflexologie chinoise (2020)
- * **LIN Sanzhe** : Ba Duan Jin, DaoYin YangSheng Shi Er Fa (2022)
- * **LIU Cui Fang** : Le Dragon des 5 animaux du Wudang (2022)

Certification - Diplômes Ecoles

2015 Fédération Sports pour Tous : CQP Animatrice de Loisirs Sportifs
2016 Qi Gong au Centre National de Beidaihe Chine, « Les Temps du Corps »
2019 Educateur de Santé en Médecine Chinoise « Les Temps du Corps »
2019 Praticienne de Feng Shui-Bazi « CSO Rennes » Gérard TIMON
2020 Tui Na massage chinois, réflexologie « Les Temps du Corps »
Poursuit sa formation professionnelle en Méthodes traditionnelles Chinoises.

On traduit Qi par énergie ou souffle, mais il n'y a pas de traduction exacte de ce mot, le sens qu'il désigne n'existe pas en français.

Le Qi est toujours en mouvement, en transformation et en échange avec le milieu extérieur. Son potentiel vital est très important. On dit parfois que l'homme est l'union entre le Qi du ciel et le Qi de la terre. Le Qi est aussi la substance essentielle qui permet d'entretenir la vie de l'homme.

Selon la médecine traditionnelle chinoise, nos maladies, nos douleurs, nos peines, dérivent aussi du Qi.

L'objectif réel de la médecine chinoise, que ce soit par l'acupuncture, le massage, le Qi Gong, le Tai-Chi et la méditation, est de percevoir et de comprendre de mieux en mieux l'existence et le fonctionnement du Qi.

Ceci est possible grâce à l'apprentissage et à la pratique systématique des exercices de Qi Gong qui améliorent notre capacité à maîtriser le Qi.

Dans une certaine mesure, en régularisant et en maîtrisant le Qi, il est possible de changer notre corps et notre esprit, d'améliorer notre état de santé et de prévenir les maladies, et, finalement, d'atteindre un état de vie idéal donné par l'unité du corps, de l'esprit, de l'action et de l'environnement.

Lorsque le corps se met au diapason, l'esprit et le cœur s'accordent pour ressentir une vitalité nouvelle.

En ces périodes tourmentées, plus que jamais, il est important de puiser en nous cette force originelle et créatrice, pour ajouter du sens à notre vie. Cette quête va bien au-delà de la recherche d'un certain bien-être, elle nous pousse vers quelque chose de plus profond : la connaissance et l'acceptation positive de soi pour tendre vers cet état naturel de souplesse et d'harmonie dans notre relation avec le monde qui nous entoure.

« Je suis responsable de ce que je deviens » Confucius

QI GONG

En Sud Vienne et Sud Deux-Sèvres

E.I - LE SOUFFLE DU DÀO

Méthodes Traditionnelles Chinoises de Santé



Logo original : Sylvie Faity et Georges Thaller

06.04.53.69.20 SMS / 05.49.59.11.41 Rép
Courriel : sylvielesouffledudao@gmail.com

www.lesouffledudao.com

JOURS	HORAIRES	COMMUNES	SALLES	Adhésion Associations Locales
LUNDI	14h30 - 15h45	79000 BESSINES	Salle Gros Buisson, Rue des Grues	Bessines Animation : 13€ ou 22€
	18h30 - 19h45	79400 AUGÉ	Salle Multi-activités route de St Maixent	Zic et Zen : 10€
MARDI	9h00 - 10h15	86160 GENCAY	Salle du Château d'eau, Champ de foire	Qi Gong en pays gencéen : 5€
	11h00 - 12h15	86600 CELLE L'EVESCAULT	Salle des fêtes, rue de Chincé	Le Grain de Celle : 3€
	18h30 - 19h45	86400 CIVRAY	Salle de la Récré, 5 rue Henri Dunant	Cicérone : 7€ ou 9€
MERCREDI	10h30 - 11h45	79800 PAMPROUX	Salle Espace culturel Alain Audis	S.E.P Pamproux : 4€
	18h30 - 19h45	79120 LEZAY	Salle polyvalente, impasse du camping	Foyer Rural Lezay : 5€
	20h15 - 21h30	86600 St SAUVANT	Salle Doisneau (étage) Place de la Liberté	É.Sens.Ciel : 5€
JEUDI	9h00 - 10h15	79500 St MARTIN Lès MELLE	Salle polyvalente, 37 rue de la mairie	Qi Gong St Léger 79 : 10€
	11h00 - 12h15	86600 St SAUVANT	Salle Doisneau (étage) Place de la Liberté	É.Sens.Ciel : 5€
	18h30 - 19h45	86160 GENCAY	Salle du Château d'eau, Champ de foire	Qi Gong en pays gencéen : 5€
VENDREDI	8h50 – 10h05	86700 COUHÉ	Salle de danse, 3 bis rue Auguste Braud	Participation location salle 15€/pers/saison
	10h45 - 12h00	86400 CIVRAY	Salle de la Récré, 5 rue Henri Dunant	Bienfaits Yoga : 5€

Reprise des cours chaque année : le 3ème lundi de septembre
15/09/2025 – 21/09/2026 – 20/09/2027 -

2 séances d’essai tout au long de l’année pour découvrir.
Tarifs exprimés HT, TVA non applicable, article 293 B du CGI

Forfait Annuel Privilège (Réguliers et Fidélité) : 30 à 33 cours/an 260€ au lieu de 320€, 1 cours/s + documents pédagogiques. Équivaut à 8,66€-8,12€- au lieu de 10€ la séance d'1h15, soit 6,50€/h
Etudiant ou 2em inscription Conjoint : 220€ au lieu de 320€

Possibilité d'un deuxième cours, Forfait annuel 260+150 =410€

Inscription en cours d'année suivant places disponibles, à partir de janvier tarif au prorata des semaines restantes x 10€

Forfait Nomade : 2 T au lieu de 3T : 20 séances
(16 sept-15 mars ou 4 nov-18 avril)
240,00€ Equivaut à un tarif de 12€ la séance d'1h15, soit 9,60€/h

Tarif à la séance : 15,00€ soit 12€/h (à régler en début de séance)

A l'inscription. Paiement totalité du forfait en 5, ou 10 chèques à l'ordre de « **E.I Sylvie FAITY** »
sauf Pamproux tous chèques à l'ordre de « section Qi Gong SEP »
+ Bulletin(s) et chèque(s) d'adhésion à l'ordre de chaque association locale qui vous accueille mise à disposition salles.
+ Fiche inscription remplie, datée, signée acceptant les conditions de vente, règlement intérieur « lu et approuvé »
+ Certificat médical pour toute nouvelle personne.

Pas de cours pendant les vacances scolaires et jours fériés.
L'engagement pris ne donne pas lieu à remboursement.

E.I Sylvie FAITY - LE SOUFFLE DU DÀO
1 rue de la cour Morand, 86600 SAINT SAUVANT
Siret : 841 189 889 00014 / code APE : 9609Z
06.04.53.69.20 SMS / 05.49.59.11.41 Répondeur.
Courriel : sylvielesouffledudao@gmail.com – www.lesouffledudao.com