



Institut-LITAO.com

Arts du Tao 道 Pratiques & Sagesses

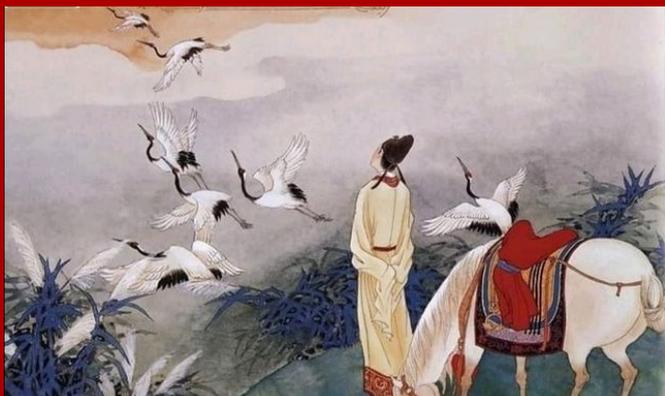
Stages, Séjours, Parcours annuel et thématiques

Isabelle & Laurent, fondateurs de l'Institut LITAO vous propose un panel essentiel d'Arts du Tao

- ▷ 70% de pratiques clés simples et puissantes
- ▷ 30% de principes/sagesses soutenant la pratique

Public concerné

- ▷ Toute personne visant la longue Vie en santé, l'équilibre émotionnel et la reconnexion à Soi
- ▷ Professionnels et intervenant.e.s souhaitant acquérir les principes clés et bases pratiques de nouvelles approches énergétiques



Arts corporels et énergétiques taoïstes

Dao yin, qi gong et yoga taoïstes, automassage do in... Postures, mouvements, étirements, respirations... visant le nettoyage et la restauration énergétiques

Soin-massage énergétique Chi-nei-tsang

Par un subtil travail de l'énergie interne du ventre et des organes, libère les tensions profondément ancrées, rééquilibre & facilite la digestion émotionnelle

Tao de la Femme, de l'Homme et du Couple

Arts & secrets de l'alchimie intime taoïste : fondements mixtes, pratiques spécifiques féminines et masculines

Méditation taoïste et alchimie interne *Neidan*

Pratiques & méditations d'harmonisation des émotions, de reconnexion avec notre corps, notre intériorité, notre véritable Nature, le Vivant, l'Univers

+ Cycle de "séjours-passages" ✨

Pour favoriser notre transformation à des moments clés de l'année, des séjours alliant pratiques corporelles, rituels, méditations, sagesses, marches en conscience, repas et moments partagés paisibles et joyeux

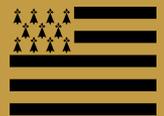
Toussaint & Nouvel An aux Grandes Terres (69)

Pâques 19-20-21 avril 2025 à S^t-Jacut-de-la-Mer (22)

Été 2025 : Lieu en pleine nature bretonne

Plus d'info : Institut-LITAO.com/passages

Saison 2024|25



BRETAGNE : Rennes, S^t Jacut-de-la-Mer,
La Roche-du-Theil, Lieux précis sur notre site

TRANSFORMATION PAR LES ARTS DU TAO 道

3 FORMULES AU CHOIX :

**MATINÉES* OU JOURNÉES* DÉCOUVERTE
WE À LA CARTE & PARCOURS ANNUEL**

Plus d'info : Institut-LITAO.com/agenda

Bases Fondamentales Taoïstes

*Pratiques, principes, méditations pour
Nourrir la Vie et se Reconnecter à Soi*

19*-20 oct 24 Centre vital & Fondations • Rennes

Chi-Nei-Tsang (CNT) & Émotions

*Digérer et harmoniser nos émotions
Réactiver nos processus d'auto-guérison*

30 nov*-1^{er} déc 24 CNT & Émotions • Rennes

25*-26 janv 25 CNT & Auto-guérison • Rennes

Tao de la Femme & de l'Homme

*Arts et secrets de l'alchimie intime
féminine et masculine taoïstes*

8*-9 fév 2025 + 10 fév • S^t-Jacut-de-la-Mer (22)

Grand Nettoyage de Printemps

*Détendre, fluidifier, rééquilibrer notre
structure, nos fascias et articulations*

29*-30 mars 2025 • Rennes

Renforcement vital & Ancrage

*Renforcer notre vitalité, notre ancrage,
notre structure et résistance au stress*

8*-9 mai 2025 • Centre La Roche du Theil (35)

Méditation & Alchimie interne

*Transformer ce qui nous plombe en or
Cheminer vers notre véritable Nature*

10*-11 mai 2025 • Centre La Roche du Theil (35)

Renseignements & Inscriptions

En savoir plus : les tarifs préférentiels (Early Bird, Couples, Parcours...), les autres dates/lieux, etc.

Institut-LITAO.com • institut.litao@gmail.com

Isabelle : 06 59 09 42 13 • Laurent : 06 72 73 05