



Institut-LITAO.com

Arts du Tao 道 Pratiques & Sagesses

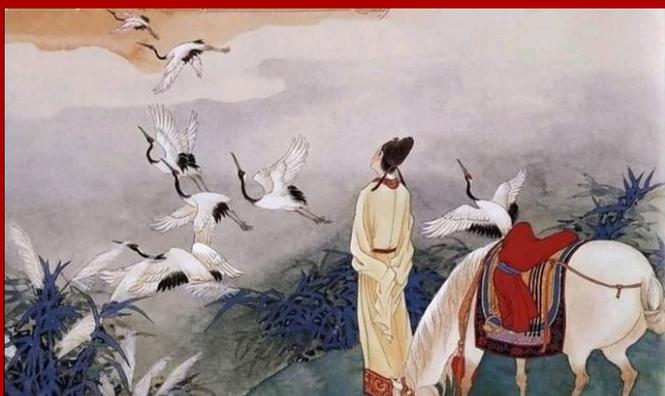
Stages, Retraites, Parcours thématique/3 retraites

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

+ Parcours annuel 7 stages & 2 passages dans l'Ouest Lyonnais (69340)

Aux Grandes Terres, un lieu magnifique, en pleine nature, aux pieds des Monts du Lyonnais, à 15-20 mn de Lyon

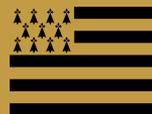
Stages du 21-22 sept 2024 au 29 mai-1er juin 2025

Passage de Samhain-Toussaint 1er-2-3 nov 2024

Nouvel An -Autrement- 30-31 déc & 1er janv 2025

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

Saison 2024|25



BRETAGNE : Rennes, S^t Jacut-de-la-Mer, La Roche-du-Theil (à la croisée 35, 44 & 56)

SE TRANSFORMER PAR LES ARTS DU TAO 道

3 FORMULES AU CHOIX :

PARCOURS THÉMATIQUE | 3 RETRAITES BZH ou WE/RETRAITE* À LA CARTE

Bases Fondamentales Taoïstes

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

19-20 oct 24 Centre vital & Fondations • Rennes

PARCOURS 3 RETRAITES BZH*

ou À LA CARTE, EN RÉSIDENTIEL (OU PAS)

+ d'info : Institut-LITAO.com/BZH

Tao de la Femme & de l'Homme*

Arts et secrets de l'alchimie intime féminine et masculine taoïstes tout en cultivant sa vitalité

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

2 ou 3 jours, presqueîle entre S^t Malo & Cap Fréhel

Retraite LITAO de Pâques*

Grand nettoyage & ouverture de printemps Cultiver des relations authentiques avec soi, les autres, et le monde

19-20-21 avril • S^t-Jacut-de-la-Mer (22)

3 jours, presqueîle entre S^t Malo & le Cap Fréhel

Retraite LITAO de Mai*

Renforcer notre ancrage et notre structure Cultiver une spiritualité ouverte qui donne sens à notre vie

8*-9-10-11 mai 2025 • La Roche du Theil (35)

2 ou 4 jrs dans 1 somptueux parc arboré de 12 ha

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