

QUI SOMMES-NOUS ?

L'ASSOCIATION ALÉOZEN

ALEOZEN est une association et un organisme de formation enregistré sous le numéro 52490530349 auprès du préfet de la région Pays de la Loire (Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État). ALEOZEN est spécialisé dans la transmission du Qi Gong et du Tai Chi, au service de la santé et du bien-être.

Notre approche s'appuie à la fois sur les traditions des arts énergétiques et sur une expertise dans le domaine de la santé et du mouvement.

NOS INTERVENANTS

- Stéphane GAUDARD: expert en Qi Gong, Tai Chi et en arts martiaux sino-vietnamiens. Il est également praticien Shiatsu.
- Ghislaine COMMAULT: enseignante en Qi Gong, Tai Chi et ergothérapeute .
- Tous deux sont animateurs sportifs professionnels certifiés "sport santé".

NOS INTERVENTIONS

Nous intervenons auprès des collectivités, structures médico-sociales, entreprises et associations.



ALEOZEN

Tai-Chi • Qi Gong

ORGANISME DE FORMATION



CONTACT ALEOZEN



aleozen@gmail.com



06.60.78.18.87



www.aleozen.fr

QI GONG - TAI CHI

La santé en mouvement

FORMATIONS
STAGES
ATELIERS





NOS ENGAGEMENTS

- Une approche respectueuse du corps et de chacun.
- Une pratique accessible, progressive et durable.
- Une transmission vivante, ancrée dans l'expérience.
- Une vision globale de la santé.



FORMATION “DEVENIR ANIMATEUR DE QI GONG”

Danseurs, professeurs de yoga,
professionnels du corps :
formez-vous au Qi Gong pour enrichir et
diversifier votre offre de cours.

Le Qi Gong est une pratique corporelle issue
de la médecine chinoise, centrée sur la
respiration, la fluidité et la conscience du
mouvement.

Il offre aux professionnels du mouvement
des outils concrets pour enrichir leur
pédagogie, développer une approche
différente du corps et proposer de nouvelles
formes de pratique à leurs élèves.

OBJECTIFS

- Acquérir les bases fondamentales du Qi Gong.
- Comprendre les principes énergétiques et leurs applications.
- Développer une qualité de présence, de respiration et de mouvement.
- Apprendre à transmettre une pratique accessible et adaptée.

- Formation sur 2 ans
- Angers & Rennes
- Formules semaine ou week-end
- Renseignements: www.aloezen.fr



INTERVENTIONS EN ENTREPRISE

Des outils concrets pour améliorer le
bien-être au travail.

Le bien-être des salariés est aujourd'hui un
enjeu central.

ALEOZEN propose des interventions
adaptées, fondées sur des pratiques douces
et accessibles :

Qi Gong, Tai Chi, Respiration, Shiatsu.

OBJECTIFS:

- Prévention santé
- Gestion du stress
- Qualité de Vie au Travail
- Seniors / Prévention des chutes

FORMATS :

- ateliers bien-être
- cycles de pratique
- formations du personnel