




QI GONG

Technique corporelle énergétique douce

Pour prendre soin de sa santé
Physique et Psychique


L'Atelier

Date	Lundi 13 Novembre 2017
Lieux	Salle Roche - GUER
Heure	9h00 – 12h00
Thème	« Je prends soin de ma Rate »



Tu sais toi à
quoi ça sert la
rate ?

Quoi ?
Tout ça !!!
Ok je viens
avec toi à
l'atelier alors !



Oui, elle
Transport (l'énergie des
aliments), Contrôle le
sang, Commande les
muscles et les membres
et
Abrite la pensée

*...son dysfonctionnement est souvent à
l'origine de dysfonctionnements tels que
: problèmes digestifs, ballonnement,
constipation, insomnie, transpiration,
œdèmes, Pb. Urinaires,*

Spécificité des ATELIERS :

La pratique en **petit groupe** permet un **travail en
profondeur des mouvements.**

Ouvert à TOUS

Déroulement des ATELIERS :

Mouvements selon le thème - Automassage -
Relaxation/Méditation



www.artsqigong.com

Sur inscription : Fiche sur le site ou
transmise par mail

contact@artsqigong.com - 06.11.76.42.48.