



QI GONG

Technique corporelle énergétique douce

Pour prendre soin de sa santé
Physique et Psychique

L'Atelier

Date	Lundi 26 Mars 2018
Lieux	Bourg-des-Comptes
Heure	09h00 – 12h00
Thème	Douleurs ABDOMINALES ballonnement, constipation : Qi Gong, automassage pour les soulager



Le ventre est désigné comme le second cerveau de notre corps.
Les Taoïstes considèrent qu'il est le siège de nos émotions.

**Ramener de l'apaisement dans son ventre
par des techniques de Qi Gong et d'automassages**

Ouvert à TOUS

Déroulement des ATELIERS :

Mouvements selon le thème - Automassage -
Relaxation/Méditation

Accueil à partir de 8h45

Tenue souple - Thé offert à la pause



www.artsqigong.com

Sur inscription : par mail ou tél. :
contact@artsqigong.com -
06.11.76.42.48.