



QI GONG

L'Atelier

Technique corporelle énergétique douce

Pour prendre soin de sa santé
Physique et Psychique

Date	Lundi 04 Février 2019
Lieux	Gévezé
Heure	09h00 – 12h00
Thème	Recharger ses Batteries



Techniques de Qi Gong pour renourrir son énergie et retrouver la forme

L'hiver est une période où la circulation de l'énergie ralentit et l'énergie des reins décroît.

Cette énergie originelle est le socle de notre santé. Il est donc essentiel pouvoir la contenir et la renforcer

Ouvert à TOUS



Association

Qi Gong Gévezé

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.