



# QI GONG

L'Atelier

Date	Lundi 1 <sup>er</sup> Avril 2019
Lieux	Plélan le Grand
Heure	9h00 – 12h00
Thème	Douleurs Abdominales

Technique corporelle énergétique douce

Pour prendre soin de sa santé  
Physique et Psychique

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

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



**Le +** : lors de cet atelier  
Une conseillère en **Phyto-Aromathérapie**  
viendra vous donner des conseils

**Ouvert à TOUS**



Association  
Arts Qi Tao

**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](mailto:contact@artsqigong.com)

06.11.76.42.48.