Qi Gong

Mme SAETIA Elizabeth

INFORMATIONS

MULHOUSE Le fil de soie

Début le mardi 02 février 2027

DURÉE : 01:00

Prix : 121.00 €

PROFILS : Professeur de tai chi et qi gong

PRE REQUIS :

Discipline douce qui s'adresse à tous les âges.

Certificat médical de non contre-indication obligatoire à remettre à l'intervenant.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 11MA885

DESCRIPTION

Discipline douce qui s'adresse à tous les âges et visant à maitriser le souffle ou énergie vitale.

Le Qi Gong travaille sur les méridiens, les grands circuits d'énergie du corps. La gestuelle est lente, précise, harmonieuse associée à un travail respiratoire. Le corps se débloque, les tensions s'apaisent, la concentration augmente et on ressent toutes sortes de bienfaits sur les articulations, les artères, la mémoire, etc.

Chaque jour, des millions de Chinois de tous âges pratiquent cette discipline à la recherche de l'harmonie et de l'équilibre.

Qi Gong

Mme SAETIA Elizabeth

OBJECTIFS

Apprendre à connaître son corps
Rechercher l'équilibre et l'harmonie

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	02-02-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	09-02-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	16-02-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	23-02-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	02-03-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	09-03-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	16-03-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	23-03-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	30-03-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	06-04-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	13-04-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	20-04-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	27-04-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	18-05-2027	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE