

INFORMATIONS

 **SÉLESTAT** Ecole Sainte Foy

 **Début le** lundi 25 janvier 2021

 **DURÉE** : 01:30

Prix : **110.00 €**

PROFILS : Kinésithérapeute

PRE REQUIS :

Tous niveaux.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 5SE372

DESCRIPTION

Le cours se déroule en deux parties séparées par une pause de dix minutes.

Après un échauffement consistant en un auto-massage et la détente des articulations, vous pratiquerez des exercices énergétiques plus ou moins dynamiques.

OBJECTIFS

Améliorer sa santé par une pratique régulière du Qi Gong.

Être dans l'instant présent pour permettre de gérer le stress.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Lundi	25-01-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	01-02-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	08-02-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	15-02-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	08-03-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	15-03-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	22-03-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	29-03-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	12-04-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT
Lundi	19-04-2021	17:00	01:30	Ecole Sainte Foy, Marché vert - 67600 SELESTAT