



## INFORMATIONS



**MUNSTER** Salle des Fêtes de Munster

(Salle des Fêtes)



**Début le** jeudi 01 octobre 2020



**DURÉE :** 01:00

**Prix :** **200.00 €**

**PROFILS :** ANIMATRICE

**PRE REQUIS :**

Chacun, chacune pratique selon ses capacités, sans esprit de compétition.

Certificat médical d'aptitude à remettre à l'animateur à la première séance.

**MATERIEL :**

Vêtements et chaussures confortables sont conseillés

**CODE ACTIVITÉ :** 5MN376

## DESCRIPTION

Le Shaolin Neijin Yishichan Qi gong est un Qi gong authentique. Cette pratique est étroitement liée à la médecine traditionnelle chinoise et transmise secrètement depuis des siècles par les moines Shaolin.

Ce Qi gong est fluide, joyeux et puissant à la fois. Il est facile à apprendre et à pratiquer chez soi (mouvements lents, sans force musculaire). Associant l'attention, la respiration, la détente musculaire et articulaire, il entretient et renforce l'énergie vitale et harmonise le corps et l'esprit.



# Qi Gong



Mme ERNST Evelyne

## OBJECTIFS

- faire disparaître les tensions existantes
- renforcer votre système immunitaire en rééquilibrant les fonctions vitales de votre organisme.
- retrouver et garder la santé en harmonie avec la paix intérieure

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	01-10-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	08-10-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	15-10-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	05-11-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	12-11-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	19-11-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	26-11-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	03-12-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	10-12-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	17-12-2020	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	07-01-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	14-01-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	21-01-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	28-01-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	04-02-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	11-02-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	18-02-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	11-03-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	18-03-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	25-03-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	01-04-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	08-04-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	15-04-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	22-04-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	20-05-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	27-05-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	03-06-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	10-06-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	17-06-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	24-06-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER