



INFORMATIONS



MUNSTER Salle des Fêtes de Munster

(Salle des Fêtes)



Début le jeudi 23 septembre 2021



DURÉE : 01:00

Prix : **110.00 €**

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 : 6MN0744

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.



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	23-09-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	30-09-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	07-10-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	14-10-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	21-10-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	18-11-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	25-11-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	02-12-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	09-12-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	16-12-2021	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	06-01-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	13-01-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	20-01-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	27-01-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	03-02-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	24-02-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER