



## INFORMATIONS



MULHOUSE Le fil de soie

(Gymnase-2)



Début le mercredi 26 janvier 2022



DURÉE : 01:00

Prix : **93.00 €**

PROFILS : Prof 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 : 6MU0650

## DESCRIPTION

Discipline douce qui s'adresse à tous les âges. Chaque jour, des millions de Chinois de tous âges pratiquent cette discipline à la recherche de l'harmonie et de l'équilibre. Le qi gong travaille sur les méridiens : les grands circuits d'énergie du corps. La gestuelle est lente, précise, harmonieuse. Le corps se débloque, les tensions s'apaisent, la concentration augmente. C'est une excellente « gym » anti-âge avec toutes sortes de bienfaits sur les articulations, les artères, la mémoire, etc.



## OBJECTIFS

Apprendre à connaître son corps  
Rechercher l'équilibre et l'harmonie  
Excellente "gym" anti-âge  
Bienfaits sur les articulations, les artères, la mémoire,...

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	26-01-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	02-02-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	23-02-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	02-03-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	09-03-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	16-03-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	23-03-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	30-03-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	06-04-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	27-04-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	04-05-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	11-05-2022	18:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE