



INFORMATIONS



MULHOUSE Le fil de soie

(Gymnase)



Début le mardi 25 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 : 6MU0652

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
Mardi	25-01-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	01-02-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	22-02-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	01-03-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	08-03-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	15-03-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	22-03-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	29-03-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	05-04-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	26-04-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	03-05-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	10-05-2022	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE