



## INFORMATIONS



MUNSTER Salle de la Laub

(Salle de la Laub)



Début le jeudi 29 septembre 2022



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 : 7MN0742

## 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	29-09-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	06-10-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	13-10-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	20-10-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	10-11-2022	10:45	01:00	Salle des Fêtes de Munster, 2 Place de la Salle des Fêtes - 68140 MUNSTER
Jeudi	17-11-2022	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	24-11-2022	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	01-12-2022	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	08-12-2022	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	15-12-2022	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	05-01-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	12-01-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	19-01-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	26-01-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	02-02-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	09-02-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	02-03-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	09-03-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	16-03-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	23-03-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	30-03-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	06-04-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	13-04-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	20-04-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	11-05-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	25-05-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	01-06-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	08-06-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	15-06-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	22-06-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster