



INFORMATIONS



MULHOUSE Le fil de soie

(Gymnase)



Début le mardi 28 février 2023



DURÉE : 01:00

Prix : **95.00 €**

PROFILS : Professeur 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 : 7MU0878

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 qui sont 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

SÉANCES

| Jour | Date | Horaire | Durée | Lieu |
|-------|------------|---------|-------|---|
| Mardi | 28-02-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 07-03-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 14-03-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 21-03-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 28-03-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 04-04-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 11-04-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 02-05-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 09-05-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 16-05-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 23-05-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |
| Mardi | 30-05-2023 | 09:30 | 01:00 | Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE |