



INFORMATIONS



M2A Le fil de soie



Début le mardi 06 février 2024



DURÉE : 01:00

Prix : **119.00 €**

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 : 8MU286

DESCRIPTION

Discipline douce qui s'adresse à tous les âges. 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 et sort 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	06-02-2024	09:30	01:00	
Mardi	13-02-2024	09:30	01:00	
Mardi	20-02-2024	09:30	01:00	
Mardi	12-03-2024	09:30	01:00	
Mardi	19-03-2024	09:30	01:00	
Mardi	26-03-2024	09:30	01:00	
Mardi	02-04-2024	09:30	01:00	
Mardi	09-04-2024	09:30	01:00	
Mardi	16-04-2024	09:30	01:00	
Mardi	07-05-2024	09:30	01:00	
Mardi	14-05-2024	09:30	01:00	
Mardi	21-05-2024	09:30	01:00	
Mardi	28-05-2024	09:30	01:00	
Mardi	04-06-2024	09:30	01:00	