



INFORMATIONS



MULHOUSE Cour des Chaînes

(Salle de conférences)



Début le vendredi 15 novembre 2019



DURÉE : 02:00

Prix : **5.00 €**

PROFILS :

PRE REQUIS :

Aucun pré-requis nécessaire.

Inscription vivement conseillée avant la conférence, places limitées.

Gratuit pour les adhérents sur présentation de la carte d'adhésion.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4MU459

DESCRIPTION

Après avoir présenté les différents concepts propres à la Médecine Traditionnelle Chinoise (le Yin/Yang, le Qi, les 5 éléments), je proposerai quelques gestes, exercices et autres clés en harmonie avec ces notions nous permettant de nous soulager de nos petits maux quotidiens (stress, insomnies, problèmes digestifs, maux de tête...).

Parce que nous pouvons décider de devenir acteurs de notre santé en nous prenant en main et en apprenant à écouter notre corps pour identifier ses messages.



OBJECTIFS

Découvrir une autre approche de la santé, plus globale, qui relie le corps, l'esprit et son environnement. Comprendre comment s'installe un symptôme et quelles sont les clés d'une bonne santé.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Vendredi	15-11-2019	15:00	02:00	Cour des Chaînes, 15, rue des Franciscains - 68100 Mulhouse