



INFORMATIONS



MULHOUSE Le fil de soie

(Gymnase)



Début le mardi 08 octobre 2019



DURÉE : 01:00

PROFILS : Prof de tai chi et qi gong

PRE REQUIS :

Discipline douce qui s'adresse à tous les ages.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4MU379

Prix : **93.00 €**

DESCRIPTION

Discipline douce qui s'adresse à tous les ages. 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	08-10-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	15-10-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	05-11-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	12-11-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	19-11-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	26-11-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	03-12-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	10-12-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	17-12-2019	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	07-01-2020	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	14-01-2020	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	21-01-2020	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE