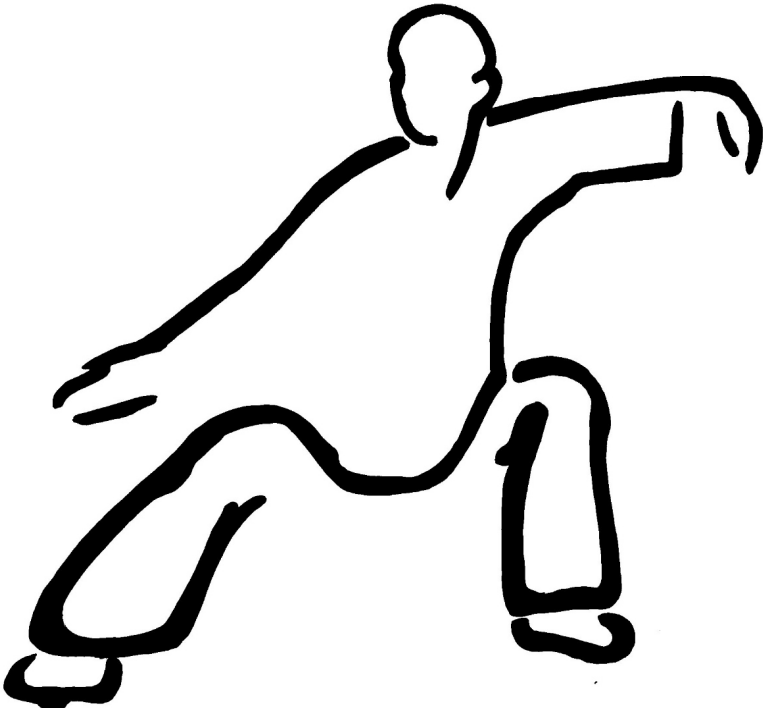


Qigong



C'est une pratique millénaire originaire de Chine destinée à entretenir la santé . Fondée sur les notions de souffle et d'énergie, ses mouvements lents favorisent la perception du flux énergétique et de l'unité corps-esprit.

Relaxante autant que dynamisante, la pratique du qigong participe à l'entretien de la santé physique et psychique et suscite les sentiments d'harmonie et de bien-être.

La condition pour goûter les bénéfices du Qigong est sa pratique régulière et dans le temps.

Atelier animé par Joëlle Georgieff

Début des cours :

Mardi 3 octobre à 10h