



# Programme Qi Gong Janvier à Mars 2019

## JANVIER

### ATELIER QI GONG Qi Gong des Yeux

Lundi 14 Janvier  
9h00 à 12h00  
Guichen

### ATELIER QI GONG Stress : Savoir le Gérer

Samedi 26 Janvier  
9h00 à 12h00  
Bréal s/Montfort

## FEVRIER

### ATELIER QI GONG Recharger ses «Batteries»

Lundi 4 février  
9h00 à 12h00  
Gévezé

### ATELIER QI GONG Soulager son Dos

Samedi 23 Février  
9h00 à 12h00  
Plélan le Grand

## MARS

ATELIER QI GONG  
Soirée Bien-Etre  
Relaxation-Méditation  
Vendredi 1er Mars  
16h30 à 19h30  
Bourg des Comptes

STAGE  
Qi Gong du Bâton  
Samedi 16 Mars  
9h00 à 17h00  
Bréal s/Montfort

### ATELIER QI GONG pour les Sportifs

Samedi 30 Mars  
9h00 à 12h00  
Guichen

OUVERT A TOUS

Avec la Collaboration des Associations : Arts Qi Tao, San Bao Breizh,  
Yang Sheng Breizh, UTL Guichen, UTL de Montfort, Qi Gong Gévezé

Contact : 06.11.76.42.48

[contact@artsqigong.com](mailto:contact@artsqigong.com)

[www.artsqigong.com](http://www.artsqigong.com)



# Programme Qi Gong Avril à Juin 2019

## AVRIL

<b>ATELIER QI GONG</b> Douleurs Abdominales	
Lundi 1 <sup>er</sup> Avril 9h00 à 12h00 Plélan le Grand	
<b>RANDONNÉE QI GONG</b> Symbiose avec la Nature	
Samedi 27 Avril 9h00 à 12h00 Au bord de l'eau(*)	

## MAI

<b>ATELIER QI GONG</b> Qi Gong des Yeux	
Lundi 13 Mai 9h00 à 12h00 Gévezé	
<b>ATELIER QI GONG</b> Améliorer son Sommeil	
Vendredi 17 Mai 17h00 à 20h00 Bréal s/Montfort	

## JUIN

<b>JOURNÉES NATIONALES</b> Séances Découvertes	
7, 8 et 9 Juin Lieux et Horaires à confirmer	
<b>ATELIER QI GONG</b> « Du matin au soir »	
Vendredi 21 Juin 17h00 à 20h00 Bourg des Comptes	

OUVERT A TOUS

Module  $\frac{1}{2}$  journée = 35€  
Module journée = 60€  
Sur Inscription  
Fidélité par système point



(\*)Informations à jour sur l'agenda du site internet [ArtqQiGong.com](http://ArtqQiGong.com)

Contact : 06.11.76.42.48

[contact@artsqigong.com](mailto:contact@artsqigong.com)

[www.artsqigong.com](http://www.artsqigong.com)