



QI GONG

Technique corporelle énergétique douce

Pour prendre soin de sa santé
Physique et Psychique

L'Atelier

Date Lundi 11 Juin 2018

Lieux Saint Erblon

Heure 9h00 – 12h00

Thème Matinée BIEN ETRE : Je m'occupe de moi !



Techniques Qi Gong,
automassages,
méditation simple à
reproduire chez soi, au
bureau etc..



Ouvert à TOUS



Déroulement des ATELIERS :

Mouvements selon le thème - Automassage -
Relaxation/Méditation

Accueil à partir de 8h45

Tenue souple - Thé offert à la pause



www.artsqigong.com

Sur inscription : par mail ou tél. :
contact@artsqigong.com -
06.11.76.42.48.