



QI GONG

L'Atelier

Ouvert à TOUS

Qi Gong du matin au soir

Bourg-des-Comptes

Vendredi 16 octobre 20

17h00 – 20h00



Quel mouvement faire

- le matin, le soir,
- avant et après déjeuner,
- dans la salle de bain,
- sur votre lieu de travail,
- dans la voiture, dans le jardin ?



Déroulement des ATELIERS :

Mouvements selon le thème - Automassage -
Relaxation/Méditation

Accueil à partir de 16h45

Tenue souple - Thé offert à la pause



www.artsqigong.com

Sur inscription : par mail ou tél. :

contact@artsqigong.com

06.11.76.42.48.

35 € par pers.