



QI GONG

L'Atelier

Qi Gong des YEUX

GUICHEN

Lundi 25 janvier 2021

9h00 – 12h00



Ouvert à TOUS

En Médecine Traditionnelle Chinoise, les yeux appartiennent à l'élément Bois et sont reliés au **foie**.

Ils sont considérés comme le **reflet de l'âme et de l'intelligence**.

Le Qi Gong des Yeux permet d'apporter une attention particulière à nos yeux.

Il favorise la circulation de l'énergie, **soulage la fatigue oculaire et apporte un effet bénéfique sur la vue**.



Association
Arts Qi Tao

Déroulement des ATELIERS :

Mouvements selon le thème - Automassage -
Relaxation/Méditation

Accueil à partir de 8h45
Tenue souple - Thé offert à la pause



35€ l'atelier

www.artsqigong.com

Sur inscription : par mail ou tél. :

contact@artsqigong.com

06.11.76.42.48.