

Présentiel : À **MERNEL**

(près de Maure-de-Bretagne – Val D'Anast)



MEDITATION

**Pour se libérer et
apaiser l'esprit**

Elle permet de :

- Réguler et apaiser nos douleurs et blocages corporels
- Contrôler nos émotions, notre humeur
- D'améliorer notre concentration et notre attention



VENDREDI de 18h00 à 19h00

4 séances entre nov.20 et juin 21

Dates sur le site

10€ la séance, 32€ les 4

Animées par
Laurence Grignard



ARTS QI GONG

06 11 76 42 48

contact@artsqigong.com

WWW.ARTSQIGONG