

QI GONG

À MERNEL

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

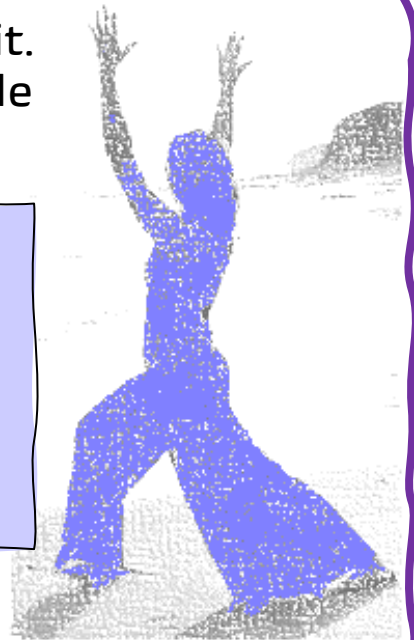
Sport de la médecine chinoise, le qi gong apporte détente, apaisement. Il libère l'esprit. Il renforce muscles et articulations, facilite le fonctionnement des organes.

Complet, le Qi Gong est une technique accessible à tous.

Retrouver son énergie
Renforcer son immunité
Gérer ses EMOTIONS

Des Séances régulières, pour une meilleure pratique
1 MARDI par mois de 13h30 à 16h30

1^{ère} séance le 13/10 - Accessible aux débutants



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

Toutes les Infos :

06 11 76 42 48
contact@artsqigong.com

ARTS QI GONG

WWW.ARTSQIGONG.COM

