



# Atelier Qi Gong

## BEAUREGARD-VENDON

### Maison des Associations

Venez découvrir le Qigong, pratique énergétique chinoise idéale pour améliorer en douceur votre équilibre postural, gagner en amplitude respiratoire et dissoudre vos tensions musculaires. Un retour à soi qui développe concentration et permet de stimuler votre élan vital. Possibilité de pratiquer sur chaise.

Séances animées par William BARBIERI

14h00-15h00

|                                  |                                  |
|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>Mercredi 1er Octobre 2025</b> | <b>Mercredi 12 Novembre 2025</b> |
| <b>Mercredi 8 Octobre 2025</b>   | <b>Mercredi 19 Novembre 2025</b> |
| <b>Mercredi 15 Octobre 2025</b>  | <b>Mercredi 26 Novembre 2025</b> |
| <b>Mercredi 22 Octobre 2025</b>  | <b>Mercredi 3 Décembre 2025</b>  |
| <b>Mercredi 5 Novembre 2025</b>  | <b>Mercredi 10 Décembre 2025</b> |

**PARTICIPATION GRATUITE**

**Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avvertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

