



Atelier Qi Gong

CHATEL-GUYON

Salle du Club de l'Amitié face à l'Eglise Sainte-Anne

Le QI-GONG est une gymnastique et discipline énergétique, par des mouvements lents, des postures et méditations, permettant de développer la condition physique, favoriser le bien-être, soulager le stress et améliorer ses capacités respiratoires.

Séances animées par Laëtitia TEXIER

14h00-15h00

Jeudi 25 Septembre 2025	Jeudi 13 Novembre 2025
Jeudi 2 Octobre 2025	Jeudi 20 Novembre 2025
Jeudi 9 Octobre 2025	Jeudi 27 Novembre 2025
Jeudi 16 Octobre 2025	Jeudi 4 Décembre 2025
Jeudi 6 Novembre 2025	Jeudi 11 Décembre 2025

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 avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

