

Atelier Qi Gong

MALAUZAT

Salle polyvalente de Saint-Genest-l'Enfant

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

16h00-17h00

Mercredi 1er Octobre 2025	Mercredi 12 Novembre 2025
Mercredi 8 Octobre 2025	Mercredi 19 Novembre 2025
Mercredi 15 Octobre 2025	Mercredi 26 Novembre 2025
Mercredi 22 Octobre 2025	Mercredi 3 Décembre 2025
Mercredi 5 Novembre 2025	Mercredi 10 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.