



Atelier Qi Gong

SAINT-GERVAIS-D'AUVERGNE

Espace de Vie Rurale

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

Lundi 31 Mars 2025	Lundi 19 Mai 2025 (à l'extérieur)
Lundi 7 Avril 2025	Lundi 2 Juin 2025
Lundi 14 Avril 2025	Lundi 9 Juin 2025
Lundi 5 Mai 2025	Lundi 16 Juin 2025
Lundi 12 Mai 2025 (à l'extérieur)	Lundi 23 Juin 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 avvertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

