



Atelier Qi Gong

SAINT-JACQUES-D'AMBUR

Salle Rochefort (vers l'Eglise)

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 29 Septembre 2025	Lundi 3 Novembre 2025
Lundi 6 Octobre 2025	Lundi 17 Novembre 2025
Lundi 13 Octobre 2025	Lundi 24 Novembre 2025
Lundi 20 Octobre 2025	Lundi 1er Décembre 2025
Lundi 27 Octobre 2025	Lundi 8 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.

