



## INFORMATIONS



M2A Le fil de soie



Début le mardi 03 octobre 2023



DURÉE : 01:00

Prix : **119.00 €**

**PROFILS :** Professeur de tai chi et qi gong

### PRE REQUIS :

Discipline douce qui s'adresse à tous les âges.

Certificat médical de non contre-indication obligatoire à remettre à l'intervenant.

**MATERIEL :** Aucun

**CODE ACTIVITÉ :** 8MU0602

## DESCRIPTION

Discipline douce qui s'adresse à tous les âges et visant à maîtriser le souffle ou énergie vitale.

Le Qi Gong travaille sur les méridiens, les grands circuits d'énergie du corps. La gestuelle est lente, précise, harmonieuse associée à un travail respiratoire. Le corps se débloque, les tensions s'apaisent, la concentration augmente et on ressent toutes sortes de bienfaits sur les articulations, les artères, la mémoire, etc.

Chaque jour, des millions de Chinois de tous âges pratiquent cette discipline à la recherche de l'harmonie et de l'équilibre.



## OBJECTIFS

Apprendre à connaître son corps  
Rechercher l'équilibre et l'harmonie

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	03-10-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	10-10-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	17-10-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	07-11-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	14-11-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	21-11-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	28-11-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	05-12-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	12-12-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	19-12-2023	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	09-01-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	16-01-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	23-01-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	30-01-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE