



INFORMATIONS



MUNSTER Salle de la Laub

(Salle de la Laub)



Début le jeudi 28 septembre 2023



DURÉE : 01:00

Prix : **200.00 €**

PROFILS : ANIMATRICE

PRE REQUIS :

Chacun, chacune pratique selon ses capacités, sans esprit de compétition.
Certificat médical d'aptitude à remettre à l'animateur à la première séance.

MATERIEL :

Vêtements et chaussures confortables sont conseillés.

CODE ACTIVITÉ : 8MN251

DESCRIPTION

Le Shaolin Neijin Yishichan Qi gong est un Qi gong authentique. Cette pratique est étroitement liée à la médecine traditionnelle chinoise transmise secrètement depuis des siècles par les moines Shaolin.

Ce Qi gong est fluide, joyeux et puissant à la fois. Il est facile à apprendre et à pratiquer chez soi (mouvements lents, sans force musculaire). Associant l'attention, la respiration, la détente musculaire et articulaire, il entretient et renforce l'énergie vitale et harmonise le corps et l'esprit.



OBJECTIFS

Le Qi gong permet de :

- Faire disparaître les tensions existantes
- Renforcer votre système immunitaire en rééquilibrant les fonctions vitales de votre organisme
- Retrouver et garder la santé en harmonie avec la paix intérieure.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	28-09-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	05-10-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	12-10-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	19-10-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	09-11-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	16-11-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	23-11-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	30-11-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	07-12-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	14-12-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	21-12-2023	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	11-01-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	18-01-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	25-01-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	01-02-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	08-02-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	15-02-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	22-02-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	14-03-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	21-03-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	28-03-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	04-04-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	11-04-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	18-04-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	16-05-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	23-05-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	30-05-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster
Jeudi	06-06-2024	10:45	01:00	Salle de la Laub, 12 Rue St Grégoire - 68140 Munster