



INFORMATIONS



M2A Le fil de soie



Début le mardi 08 octobre 2024



DURÉE : 01:00

Prix : 121.00 €

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 : 9MA294

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	08-10-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	15-10-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	05-11-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	12-11-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	19-11-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	26-11-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	03-12-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	10-12-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	17-12-2024	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	07-01-2025	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	14-01-2025	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	21-01-2025	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	28-01-2025	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mardi	04-02-2025	09:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE