



Atelier Qi Gong

MONS

Salle polyvalente

Le QI-GONG est une gymnastique et discipline énergétique, par des mouvements lents, des postures et méditations, permettant de développer la condition physique, favoriser le bien-être, soulager le stress et améliorer ses capacités respiratoires.

Séances animées par Laëtitia TEXIER

14h30-15h30

Mardi 17 Septembre 2024	Mardi 22 Octobre 2024
Mardi 24 Septembre 2024	Mardi 29 Octobre 2024
Mardi 1er Octobre 2024	Mardi 5 Novembre 2024
Mardi 8 Octobre 2024	Mardi 12 Novembre 2024
Mardi 15 Octobre 2024	Mardi 19 Novembre 2024

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.

