



Atelier Qi Gong

MONTPENSIER

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

14h00-15h00

Mercredi 18 Septembre 2024	Mercredi 23 Octobre 2024
Mercredi 25 Septembre 2024	Mercredi 30 Octobre 2024
Mercredi 2 Octobre 2024	Mercredi 6 Novembre 2024
Mercredi 9 Octobre 2024	Mercredi 13 Novembre 2024
Mercredi 16 Octobre 2024	Mercredi 20 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 avvertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

