

Qi Gong



Stage d'Automne

L'énergie et la « récolte »



avec Ana Perocco

Stage axé sur le système respiratoire et la sérénité.

_ étirement des méridiens des poumons et du gros intestin

_ exercices poétiques pour « Nourrir l'intérieur »

dimanche 10 octobre

de 9h30 à 12h30

Relais Saint Louis - 30 bis Rue Auguste Renoir
à Chatou



Inscription obligatoire: nombre de places limité

Participation : 36€ la matinée
Possibilité de suivre «online » avec ZOOM

Association L'éveil du Geste

contact@leveildugeste.com

06.28.28.04.53

