



Qi Gong du Samedi matin

« Tai Ji Bang : bâtonnet de longévité »

Au cours de cet atelier, vous apprendrez le maniement de base du Tai Ji bang
Il permet une approche ludique et pédagogique du Qi Gong :
Postures, marches, enchaînements, automassages, spirales, autant de
thèmes qui seront abordés dans le cadre de cette initiation
Bâtonnets prêtés le jour de l'atelier



Animé par Gilles DONGUY

Enseignant de Qi Gong certifié IEQG et FEGQAE - CQP ALS EPM
Praticien en Energétique Chinoise certifié FNMTC

Jour et horaires :

Samedi 5 mars 2016 : 9H30-11H30

Modalités du stage :

Le stage est axé essentiellement sur la pratique

Lieu :

Maison des Essarts
21, rue du parc
69500 BRON
Salle bleue



Tarif : 25 euros

Entrée libre, règlement sur place