



Comité des fêtes de Grandpuits Bailly-Carrois

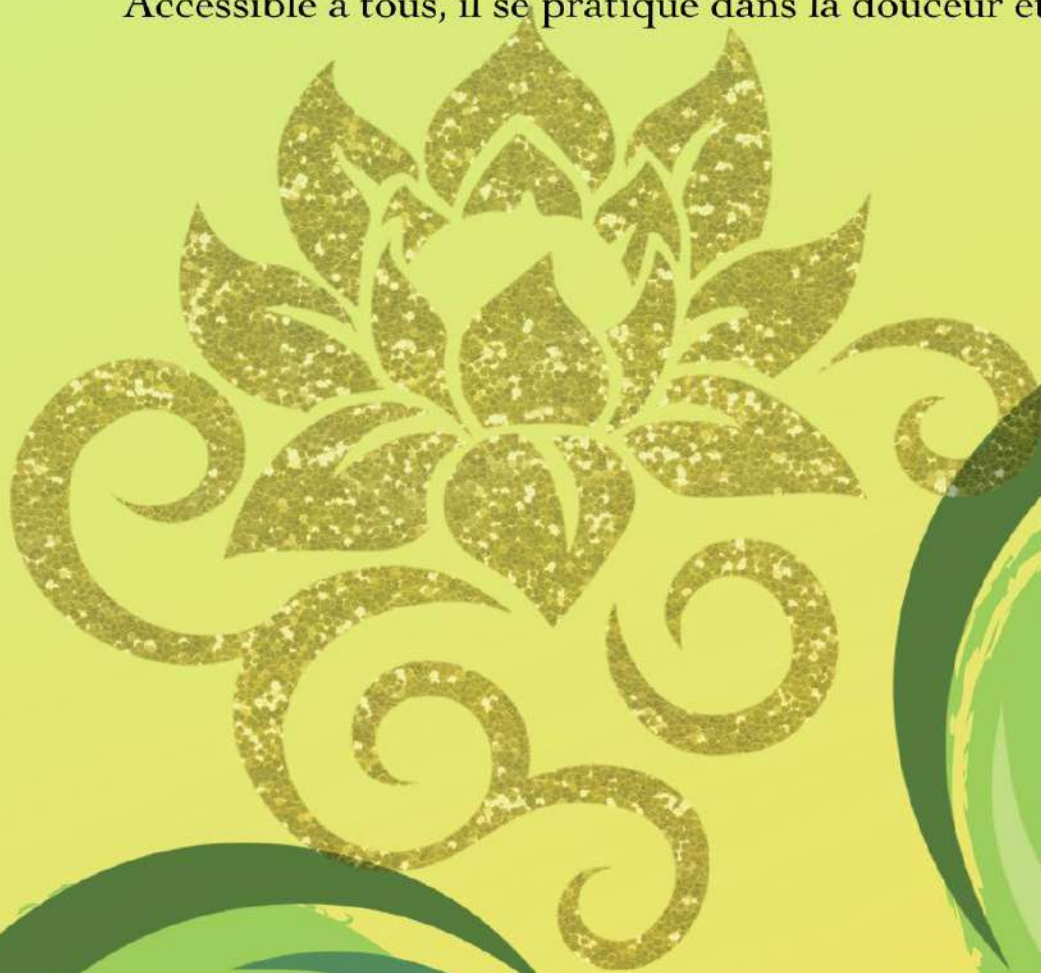
Grandpuits

QI GONG

**"Le mouvement apaise le corps,
le souffle calme l'esprit."**

Art énergétique chinois, le Qi Gong associe mouvements doux, respiration et concentration pour faire circuler l'énergie, apaiser le mental et renforcer le corps.

Accessible à tous, il se pratique dans la douceur et la pleine conscience.



Lundi 12h à 13h
à la maison
des associations

160€ + 10€
de frais de dossiers

Avec Laurence
1er cours
lundi 8 septembre

comitedesfetes.grandpuits@gmail.com
06 22 45 06 91
<https://comite-des-fêtes-grandpuits.fr>