



Anecy
Arts du **QI**



Stages de Qi gong 2022 - 2023

*Offrez vous une parenthèse pour vous ressourcer, vous recentrer
et développer votre énergie vitale*

*Je vous propose une série de 5 stages pour explorer la
pratique et gagner en autonomie vers votre bien-être*

- S1 : Les bases du Zhan Zhuang - dimanche 09 octobre 2022***
- S2 : Le mouvement régénérateur - dimanche 04 décembre 2022***
- S3 : Tui Shou (travail à 2) - dimanche 05 mars 2023***
- S4 : Exploiter les bienfaits pour soi - dimanche 14 mai 2023***
- S5 : Rayonner les bienfaits autour de soi - dimanche 11 juin 2023***

Stages 1,2,3 : Afrodanse de 9h00 à 12h00 - 30.00 €

Stages 4 et 5 : MJC Meythet de 9h30 à 17h00 - 50.00 €

*Renseignements et inscriptions
06.78.955.177 ou jacques@ifkf-yiquan.fr
Informations : www.annecyartsduqi.com*