



A CORPS SEREIN

Qi Gong

Lacenas

Cours hebdomadaires de Qi Gong

à la Maison des Associations

Reprise des cours la semaine du 11 septembre

Mardi 18h30/19h30

Jeudi 11h/12h

Méditation mensuelle

à la salle de l'Atelier à Lacenas

méditation taoïste et de pleine conscience

1 mercredi/mois - 18h30/19h30

1^{ère} méditation le 4 octobre

Ateliers de Qi Gong (3h)

à la Maison des Associations ou en extérieur

Vendredi 14h/17h

1^{er} atelier le 20 octobre

Marche et Qi Gong (2h/2h1/4)

en pleine nature (à l'automne et au printemps)

Samedi 10h/12h

1^{ère} marche le 23 septembre

Renseignements : 06 63 28 17 97 ou a.corps.serein@gmail.com



&



A Corps Serein

