

Stage de Qi Gong féminin

Dimanche 3 mars 2024

Informations pratiques

Lieu

Salle de la Foresterie - 44120 Vertou.

Pour plus de précisions : www.tai-chi-qigong.fr / Accueil – Contact – Lieux des cours

Horaire : 9H30-12H30 / 14H30-17H00 avec une pause dans la matinée et l'après-midi.

Programme :

Qi gong de Mme liu Ya fei : auto massage et ondulations de la colonne vertébrale

Qi Gong « la femme au corps de jade »

Conscience du périnée féminin

Ce stage est ouvert aux débutantes et pratiquantes de Qi Gong.

Tarifs : 75 €

Inscription :

Pour réserver votre place, un chèque de 35 € à l'ordre de l'association RESONANCE Vertou est demandé, à envoyer à l'adresse suivante :

Association – RESONANCE Vertou

Chez Mme Jodet – 16, route du Vignoble - 44120 Vertou.

Joindre vos coordonnées au chèque : nom, prénom, adresse, téléphones, mail et noter si vous avez déjà pratiqué le Qi Gong ou une activité proche.

Le chèque sera encaissé après le stage.

Il n'y aura pas de remboursement possible, à moins d'une attestation médicale.

Repas du midi :

Nous vous proposons de venir avec un plat à partager ou votre pique-nique et vos couverts (dont une tasse) pour un moment convivial.

A apporter :

Un tapis de sol, un plaid et un coussin.

Renseignements :

Association RESONANCE Vertou

06 22 54 08 96

www.tai-chi-qigong.fr