



Atelier Qi Gong

CHARBONNIERES-LES-VARENNES

Salle Marengo—salle de karaté, à côté des pompiers

Le QI-GONG est une gymnastique et discipline énergétique, par des mouvements lents, des postures et méditations, permettant de développer la condition physique, favoriser le bien-être, soulager le stress et améliorer ses capacités respiratoires.

Séances animées par Laëtitia TEXIER

10h00-11h00

Lundi 29 Avril 2024	Lundi 3 Juin 2024
Lundi 6 Mai 2024	Lundi 10 Juin 2024
Lundi 13 Mai 2024	Lundi 17 Juin 2024
Lundi 20 Mai 2024	Lundi 24 Juin 2024
Lundi 27 Mai 2024	Lundi 1er Juillet 2024

PARTICIPATION GRATUITE

Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

