



Danser le Qi Gong

RIOM

CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM

Ces séances s'équilibreront entre des mouvements méditatifs et énergétiques dansés, alliant détente et fluidité, des situations d'exploration et des dispositifs d'improvisation. Vous découvrirez les techniques fondamentales d'harmonisation et de circulation de l'énergie (Qi), des cercles et spirales afin de développer votre force interne et ressourcer votre vitalité. (Jing)

Cette technique ne demande pas de prérequis si ce n'est l'envie d'expérimenter la perception fine du langage du corps de manière douce, accessible à toutes et tous.

Séances animées par Laëtitia TEXIER

Mercredi 19 Novembre 2025

Mercredi 26 Novembre 2025

Mercredi 3 Décembre 2025

10h00-11h00

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.

