

Initiation Qi Gong bâton court et relaxation

Lieu :

Parc Chantemesse ou parc de la mairie Nelson Mandela

Un moment d'initiation au Qi Qong : art martial ancestral Chinois dit interne combinant des mouvements doux, de respiration et concentration pour harmoniser l'énergie vitale, le corps, les pensées et les émotions. Une méditation en mouvement accessible à tous.

Sur inscription - 10 € par personne

Renseignements au 07 83 34 68 23
Organisée par l'École du Petit Dragon

Publié le 10 février 2025