



Stage Santé Qi Gong

**L'HIVER
Selon la
Médecine Traditionnelle Chinoise**

**Présentation en détail
(document offert)**

**Automassages, Exercices et Etirements
Des deux méridiens
Rein et Vessie**

INITIATION CHANT DE MANTRA

**- Vendredi 15 novembre 2024
14h00/17h00**

ou

**- Samedi 16 novembre 2024
14h00/17h00**

Tarif : 35 € la séance

Uniquement sur inscription : **06 30 10 63 79**

Prévoir chaussons souples, de quoi vous hydrater et un tapis pour la relaxation.

**Evreux Salle de danse du Clos au Duc,
5, rue Pierre et Marie Curie**

***Relaxation/Méditation en fin de séance**

Notre enseignante ; Sylvie GARDON Diplômée en Qi Gong Santé (2011)

Association Les Champs de Cinabre