

ATELIER QI-GONG

LES HUIT PIECES

DE BROCARD



Les 1000 Fils de Soi

Vivre l'expérience de la
force de vie
et de ressourcement.

L'association les Mille Fils de Soi vous propose : Les « HUIT PIECES de BROCARD »

Cet enchaînement est un classique de l'entraînement de Qi-Gong. Pratiqué régulièrement, il permet d'apporter mieux-être et tonicité. A travers huit mouvements lents, il s'agit de régulariser l'énergie dans les méridiens en harmonisant le « corps-esprit » par l'attention donnée à la respiration.



Le samedi 27 novembre 2021

de 15h à 18h15

Salle Millepied,

rue Jean Bouin La Mothe-Achard

Tarif : Adhérents 25€,

Non Adhérents : 30€

L'intervenante

Geneviève Barreau

s'est formée auprès de l'Ecole des Temps du Corps et de l'Ecole de l'Onde du Dragon, elle est aussi diplômée CQP-ALS par la maison des Sports et certifiée par la FFEQGAE –Qi-Gong.



CONTACT

06.43.75.90.51

genevieve.barreau@wanadoo.fr

**Respect des mesures anti-Covid en vigueur
Tenue souple et chaussures de salle nécessaires**