

stage Qi Gong

Renforcer
la vitalité
par les 5 organes



Ass. BIEN-ETRE et SANTE
Arts & Culture d'Asie

Dans la médecine traditionnelle chinoise, les 5 organes sont – cœur, poumons, reins, rate et foie.

Ils produisent et stockent les substances fondamentales : sang, énergie, essence vitale. Reliés aux 5 éléments, ils assurent l'entretien de notre santé et renforcent notre vitalité.

Les 2 méthodes assise et debout contiennent chacune 10 mouvements, deux par organes.

Tous publics
11 & 12 janvier

samedi 14:30 - 18:00
dimanche 09:00 - 12:00
14:00 - 17:30

**Gymnase des bruyères
8, avenue du 8 mai
25700 VALENTIGNEY**

avec
KE Wen
www.tempsducorps.org



Renseignements

Secrétaire : 03 81 34 74 16
qigongvalentigney@gmail.com

Animatrice : 03 81 34 15 90
christian.thiebaud2@gmail.com