



PRATIQUE DU QI GONG
à Galan
TOUS LES MARDIS
à 18h30
Salle Rossignol (ancien couvent)

Pratique ancestrale asiatique pour développer un bien être corporel et mental par un ensemble de mouvements et de postures relaxantes et énergisantes.

Cette pratique convient à tout le monde : enfants pour l'aide à la croissance et à la concentration , jusqu'au grand âge pour les articulations , rhumatismes , mémoire ...

Première séance gratuite.

Proposée par Philippe Holubowicz , professeur de Qi Gong (diplômé "Les temps du corps" par Maître Kae Wen)