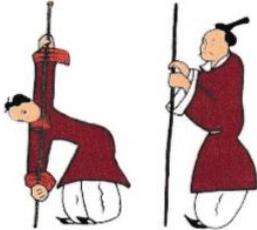


氣
功



QI GONG

Sourire

Nourrir la vie

Vous avez 50 ans ou plus,

L'association Retraite Sportive du Malesherbois vous invite

à découvrir le Qi Gong

Sa pratique est basée sur l'étude de série de mouvements lents, sur la respiration, la concentration, la visualisation.

Comment agit-il sur la santé ?

Le Qi Gong renforce, assouplit, équilibre le corps, améliore la respiration, fait circuler l'énergie et le sang pour dégager les blocages ...

En alignant la conscience et le corps dans une communication plus harmonieuse, nous trouvons le corps, en meilleure santé, avec une immunité plus forte pour se protéger contre les forces invasives comme la maladie.

2 Cours gratuits

Les mardis 15 et 22 septembre 2020

11h30-12h30

Complexe Sportif de la Fontaine à Joigneau

Rue Vauluizard - 45330 Malesherbes