

Qi Gong à Léaz

à partir du 11 septembre 2017



Les lundis
de 19h à 20h15
salle Maurice Raisin

Le **QI GONG**, est une gymnastique traditionnelle chinoise basée sur des exercices physiques lents, qui utilisent à la fois le mouvement, la conscience et la respiration, favorisant une détente du corps et de l'esprit. L'unité par le geste.

**Venez essayer gratuitement une ou deux séances
avant de vous engager pour l'année !**

- Encadré par Edgard Person
- 135 euros la saison + 10 euros d'adhésion à l'association
- Tenue confortable, chaussettes épaisses ou chaussures souples, tapis ou couverture

Pour tout renseignement:

04.50.48.57.89 par mail lesageflo@orange.fr

06.27.75.34.92 par mail edgard.person@hotmail.fr

Association Faits et Gestes
-naturellement-
Léaz



