



Qi Gong Attitude

Cours de Qi Gong des saisons

Étirements et mouvements adaptés à la saison énergétique

Cordon

jeudi de 18h30 à 19h30

Sallanches

mercredi de 18h15 à 19h15

Espace Himalaya

vendredi de 12h30 à 13h30

Cours de Qi Gong tout doux

Sallanches

vendredi de 11h à 12h

Espace Himalaya

assis ou debout, en fonction de vos possibilités

Cours de Zhi Neng Qi Gong

Sallanches

lundi de 18h15 à 19h15

autour de la 1ère méthode, pratique calme et profonde

vendredi de 9h45 à 10h45

autour de la 2ème méthode,

travail en profondeur sur toutes les articulations

vendredi de 18h30 à 19h

méditations et sons du Zhi Neng Qi Gong

Toutes les informations (tarifs, ateliers et actualités) sur le site

Catherine OUVRARD

06 33 31 64 29

www.qigong-tuina-sallanches.fr

