



Une autre façon de prendre soin de soi.

Atelier de Qi Gong

Gymnastique Chinoise d'Entretien de la Santé

Qi Gong en balade de Santé.

Atelier découverte du Wutao et du Chant du Souffle

Venez découvrir et pratiquer L'Onde de Vie, Dynamique de souffle, Ecologie corporelle.

Le Wutao est un Art Corporel contemporain global et unique. Il se pratique debout, assis, au sol, et se décline en 12 mouvements de base, accessibles à toutes et tous. La pratique du Wutao® est basée sur le mouvement ondulatoire de la colonne vertébrale qui nous permet de renouer avec l'intelligence du corps pour mieux l'habiter.

Animation sur demande pour groupe à partir de six personnes

Cours personnalisés. En salle ou à domicile

Avec Jacques Ruta

Professeur de Qi Gong, de Yoga,

Instructeur de Wutao et Chant du Souffle

Contact : www.espace-evolutif.com

06 70 06 59 38

