2026/27

« Entre ciel et terre »

Hiver

SAMEDI 12 DÉCEMBRE

16H À 19H

Salle du Kandahar, Les Houches

FLUIDITÉ DANS LES PROFONDEURS DU CORPS

TRANSITION, INTÉRIORISATON

Déblocages articulaires
auto massages Reins-Vessie
Respirations

Mouvements d'ouverture
des méridiens, des fascias
en lien avec les organes
de la saison

Ancrage du corps

Méditation

Qi Gong

MONT BLANC

氣功 博朗峰

Infos et inscriptions : qigongmontblanc@gmail.com