

QI GONG DE LA FEMME

GÎTE DES BELLES OMBRES 38660 Sainte Marie du Mont

MARDI 10 FÉVRIER 2026 de 9.30 à 17.30



Le Qi Gong de la femme est basé sur la mise en mouvement et la régularisation des fonctions de l'énergie et du sang, la relation entre le corps et l'esprit.

Les exercices agissent en particulier sur les zones de la poitrine, du ventre, l'accent est mis sur la mobilité du bassin et la souplesse de la colonne vertébrale.

Tarif: 40 euros (non adhérent à Daoyin +20 euros)

Repas partagé tiré du sac

contact et inscription: Stéphane 07 49 27 35 51