# QI GONG des 12 méridiens

Gîte des Belles Ombres
38660 Sainte Marie du Mont

Mardi 20 octobre de 9h30 à 17h30



Le Qi Gong des 12 méridiens est une série de 12 mouvements pour ouvrir et débloquer la circulation du QI et du sang dans les méridiens, dans les muscles tendons et fascias.
En agissant aussi sur les organes, ce Qi Gong aide à prévenir et à soulager les tensions physiques ainsi que les blocages émotionnels.

Tarif 40 euros

repas partagé et tiré du sac

contact et inscription : Stéphane Jacqueline 07 49 27 35 51