

**Trouver Vitalité et Sérénité,
Venez pratiquer avec nous Qi Gong et Qi Dance**

Testez votre envie en participant à notre stage d'été,
les matins du 16 au 21 août sur les hauteurs de Geishouse.
Renseignements voir ci-dessous

Le Qi Gong, une pratique énergétique corporelle, favorise la circulation de l'énergie (le Qi), assouplit nos articulations, renforce nos capacités physiques.
La pratique régulière libère les tensions, entretient la santé, améliore l'équilibre émotionnel et l'unité entre l'esprit et le corps.
Le Qi Gong est accessible à tous, à tout âge de la vie.

Lieu et horaire des séances durant l'année scolaire (début des cours mercredi 15/9/21) :

- Lundi 10h à 11h30 à la salle Coutouly à Moosch Qi Gong
- Mercredi 18H15 à 19H30 à la salle Coutouly à Moosch Qi Dance
- Mardi 18h à 19h30 à la salle Bramaly à Geishouse Qi Gong

Nous contacter : SPORT et SANTE LONGUE VIE

sportsantelonguevie@gmail.com

Philippe Kaeuffer Pdt 06 99 31 26 30

Béatrice 06 79 23 82 73 pour le Qi Gong

Claudine 06 01 78 39 98 pour le Qi Dance