

ATELIER QI GONG et VITALITE DU DOS

Public : tout public
Dates : dimanche 17 mai 2020
Horaires : 10h-12h et 14h-17h
Lieu : Mini club de Thorigny sur Marne
Tarif : 50 euros
Règlement chèque, espèces, coupons sports.

Nombre de places jusqu'à 20 participants
- Pré inscription obligatoire -

Le Qi Gong pour la vitalité du dos concerne toute personne (jeune ou âgée, sédentaire ou sportive) qui connaît ou a connu à un moment ou un autre de sa vie des douleurs de dos. La colonne vertébrale, parce qu'à l'origine de nos mouvements se doit de rester en parfaite santé pour notre bien-être physique.

La médecine chinoise a développée depuis plus de 4000 ans des méthodes de traitement faisant appel, entre autres, au Qi gong.

En pratiquant régulièrement ces exercices, il vous sera possible d'éliminer un grand nombre de pathologies du dos et de reconstituer la vitalité de votre tronc. Vitalité qui est l'essence de votre force de vie.

Dans cet atelier, je vous transmettrai des exercices simples destinés d'une part à soigner les origines de certaines pathologies, et d'autre part, à reconstituer la résistance de vos articulations. Et enfin des pratiques visant à maintenir la bonne santé de votre colonne vertébrale.

Atelier animé par Solène Gil professeur diplômé de la FAEMC et du Centre de Qi Gong de santé de Beidahe en Chine par l'école des Temps du Corps.

Contact et renseignements :

06.04.53.81.08 / assochunmei@gmail.com / assochunmei.com

Formulaire d'inscription à
l'atelier de Qi gong & vitalité du dos
du dimanche 17 mai 2020
10h-12h / 14h-17h

Informations Personnelles

Nom/Prénom: _____

Téléphone: _____

Email: _____

Date de naissance: _____

En cas d'urgence, contacter: _____

Renseignements médicaux

Merci de renseigner ici les éléments qui vous paraissent nécessaires au bon déroulement du stage pour vous ainsi que pour le groupe.

Expérience en Qi gong? _____

A ce formulaire d'inscription, je joins mon règlement de 50€ libellé au nom de Solène Gil.

Je soussigné(e) _____

Signature _____ Date _____

Au plaisir de vous retrouver pour ce moment de partage!
Énergétiquement. Solène – Association Chun mei.