

ENTREZ DANS LA PRATIQUE DU QI GONG

DIMANCHE 19 JUIN 2022

Mouvements visant à renforcer la santé et à équilibrer les émotions, à comprendre comment le corps énergétique se structure, comment le qi circule afin de remplir ses fonctions physiologiques, émotionnelles et spirituelles, à comprendre comment il réagit dans l'être humain en profondeur.

Nous reverrons très brièvement la première partie : mouvements pour comprendre l'ensemble de l'énergie en se basant sur les principes fondamentaux de la philosophie chinoise. L'homme entre ciel et terre, l'homme microcosme dans le macrocosme.

Puis nous enchaînerons et reverrons les mouvements des différentes parties du corps : deuxième partie - le haut du corps – le ciel et troisième partie - le centre-le bassin.

- Horaire de 10H30 à 12H00 – lunch végétarien asiatique – 13H30 à 15H00
- Prix : 35,- euros acompte de 10,-euros pour réservation.
- Lieu : Académie de musique – rue Grande 27 – 5530 Godinne
- Infos et réservation : 0498 32 25 41
- Bienvenue à tous également aux personnes à mobilité réduite

JOYE ET VITALITÉ grâce à l'énergétique chinoise asbl