



*KORDIANE vous invite à la découverte des cultures du monde
à travers différentes activités corporelles et artistiques*



CYCLE DE 5 ATELIERS QI GONG avec Catherine van Dyk & Dominique Gais

Partie intégrante de la médecine traditionnelle chinoise, le Qi Gong est un art énergétique chinois de santé et de longévité.

Il travaille sur l'harmonisation du corps, du souffle et de l'esprit et propose de très nombreuses pratiques en mouvements - lents, fluides et harmonieux - ainsi que des postures statiques.

La pratique du Qi Gong procure au fil du temps de nombreux bienfaits : développement de la conscience corporelle, entretien de la souplesse et de la santé en général, équilibre émotionnel, ancrage et équilibre, détente et calme intérieur.

Le Qi Gong est accessible à tous et à tout âge, sans recherche de performance. **Venez vous initier ou approfondir votre pratique lors de ces ateliers !**

DATES & LIEU

les samedis ou dimanches de 10h à 13h

Dimanche 8 octobre 2023

Dimanche 3 décembre 2023

Samedi 27 janvier 2024

Dimanche 24 mars 2024

5ème date et lieu à définir

Centre Sportif Rosa Parks

Salle de danse - Rue du Moulin des Lapins - 75014 PARIS

TARIFS PAR ATELIER

Tarif Adhérent : 25€ // Tarif non-Adhérent : 30€

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

Par mail à asso.kordiane@gmail.com

ou téléphone / SMS au 07.55.60.13.10

Les ateliers auront lieu avec un minimum de 6 participants.