



QI GONG - Cours & Ateliers

Consultations en MTC sur rendez-vous

MARDI

QI GONG	19h10 - 20h10	<u>La Loge de L'Avant-Scène</u>	Le Crès
---------	---------------	---------------------------------	---------

MERCREDI

QI GONG	10h30 - 11h30	<u>Préfa Garonne - Médiathèque</u>	Saint Mathieu de Trévières
QI GONG	19h30 - 20h30	<u>Dojo - Le Galion</u>	Saint Mathieu de Trévières

JEUDI

QI GONG	19h - 20h	<u>Salle de la Rasimiere</u>	Saint Martin de Londres
---------	-----------	------------------------------	-------------------------

VENDREDI

QI GONG FÉMININ	10h - 11h	<u>La Loge de L'Avant-Scène</u>	Le Crès
-----------------	-----------	---------------------------------	---------

ATELIERS THÉMATIQUES MENSUELS

AUTOMNE	15 octobre 2017	Être en phase avec : Les Saisons de l'Énergie « L'Envol de la Grue »
GESTION STRESS	19 novembre 2017	Qualité de vie : « Gestion du Stress et Amélioration du Sommeil »
HIVER	17 décembre 2017	Être en phase avec : Les Saisons de l'Énergie « La Sagesse de la Tortue »
ANTI FATIGUE	21 janvier 2018	Qualité de vie : Spécial Qi Gong anti-fatigue
PRINTEMPS	18 février 2018	Être en phase avec : Les Saisons de l'Énergie « Le Réveil du Dragon »
SPÉCIAL FEMME	18 mars 2018	Qualité de vie Spécial Qi Gong Pour la Femme
INTERSAISON	15 avril 2018	Être en phase avec : Les Saisons de l'Énergie « La Terre Nourricière »
SOUPLESSE DOS	20 mai 2018	Qualité de vie : « Le Corps de Jade » : Souplesse du Dos & Cervicales
ÉTÉ	17 juin 2018	Être en phase avec : Les Saisons de l'Énergie « L'Envol du Phénix »

Tous les ateliers se déroulent le dimanche de 9h30 à 12h30

à l'école de danse : La Loge de l'Avant-Scène, 8Q, impasse des pointes 34920 Le Crès