



Qi Gong au rythme des saisons

Ateliers du Samedi matin

Samedi 11 janvier 2025

Ces ateliers nous permettent de suivre les saisons avec des mouvements de Qi Gong choisis. Être en lien avec les saisons est essentiel pour stimuler notre vitalité et conserver notre santé.



Jean-Yves FORAY



Amélie CHATIN

Dates : Samedi 11 janvier - Samedi 8 mars - Samedi 26 avril - Samedi 7 juin
Horaires : 9h30 à 11h30
Lieu : Maison Françoise Giroud 1 rue du Neuf bourg 50100 Cherbourg en Cotentin
Tarif : 17€ adhérent - 20€ non adhérent - adhésion (obligatoire dès le 2ème atelier)

Renseignement Inscription:

<https://spirale-asso.org/> - contact@spirale-asso.org - 0667750304

