



COURS LIVE - QI GONG ET MEDITATION

Tous les mercredis du 20/05 au 24/06/2020, 20h00 à 21h00

En direct avec HE Yan

Ce que vous allez apprendre

- 1) Zhi Neng Qi Gong 1^{ère} méthode (Qi Gong Thérapeutique)
- 2) Méditation guidée

Description des cours :

- Fortifier le champ de Qi: plus d'énergie, plus de vitalité
- Automassage des 5 organes: activer la circulation du Qi et du sang
- Postures: harmoniser l'énergie interne
- Mouvements lents et conscients: plus de souplesse
- Méditation de pleine conscience: présence et joie

Forfait: 40 € net (6 séances incluses)

Ouverts à tous

Mode de règlement: paiement sécurisé en ligne par carte bancaire sur notre site.

Cliquez sur [Inscription et paiement](#), remplissez le formulaire d'inscription en commençant par choisir le live concerné.

Les cours live se dérouleront sur le site internet du ZOOM. Les détails de connexion vous seront indiqués sur la confirmation d'inscription.

Pensez-vous que ces cours peuvent aider quelqu'un? Souhaitez-vous les offrir à vos proches?

Si oui, nous attendons de vos nouvelles. Contactez-nous à secretariat@lagrueblanche.com

A votre sérénité et vitalité !