



# Stages de Qi Gong A PARIS 5ème

30 rue Lhomond

## De Janvier à juin 2018

Le Qi Gong est une gymnastique chinoise de santé alliant le souffle, la concentration, apaisant le mental, harmonisant le corps et l'esprit.

**Postures & Mouvements - Auto-Massages – Souffle & sons  
Etirements - Qi Gong des yeux - Marches de santé  
Méditation & Mudras°**

*°Les mudras sont des postures des mains et poignets associées à la respiration.*

### Vendredi de 17h 30 à 19h 30

26 janvier, 16 février, 9 mars

6 avril, 25 mai, 8 juin

*Pratique dans une salle et en plein air si le temps le permet*

**Tarif :** 40€ le stage      Forfait pour les 6 stages : 210€

**Possibilité de s'inscrire à un ou plusieurs stages ou les 6 stages.**

Stages animés par Marie-Dominique Bleuler – Kinésithérapeute.  
Professeuse de Qi Gong - Certifiée en France et en Chine.  
Expérience de 30 années d'accompagnement individuel ou en groupe dans le domaine de la santé et de la prévention.

**Sur inscription seulement**

**md.bleuler@hotmail.fr**

**Tel. 06 81 54 37 54**

**[www.artdusouffle.com](http://www.artdusouffle.com) / [www.coeurdesmains.fr](http://www.coeurdesmains.fr)**