Qi gong tao

Discipline chinoise combinant gymnastique douce et complète. Elle favorise la souplesse musculaire, l’équilibre corps-esprit, la coordination des gestes et régule les émotions grâce à la respiration et par la réalisation de mouvement sans à-coups.

© Pierrelaye

Date

Mercredi 12 juin, 15:00 - 16:30

Mercredi 3 juillet, 15:00 - 16:30

Infos pratiques

GRATUIT.

Le lieu de l'atelier vous sera communiqué au moment de votre inscription

Contact

Inscription obligatoire auprès du centre social :

Centre social : 42 bis rue Victor Hugo

Du lundi au vendredi : 8h30 > 12h puis 13h30 > 17h

Tél : 01 34 32 41 90

Attention : Places limitées !