

Qi Gong

Dojo du Gymnase des Montelièvres

Professeur Thierry Blanc, diplômé d'Etat

Nouveau à Saintry

Chaque lundi à 20h15

1ère séance gratuite

Le qi gong est une une branche de la médecine traditionnelle chinoise, au même titre que l'acupuncture.

C'est un **art de santé**.

Il peut néanmoins être pratiqué simplement comme activité de bien être, comme tous les arts énergétiques.

Proposition de cours sous réserve d'inscriptions suffisantes

Tarif adhérent

100 €

En plus du tarif des activités déjà pratiquées avec l'AJC Saintry

Tarif normal

275 €

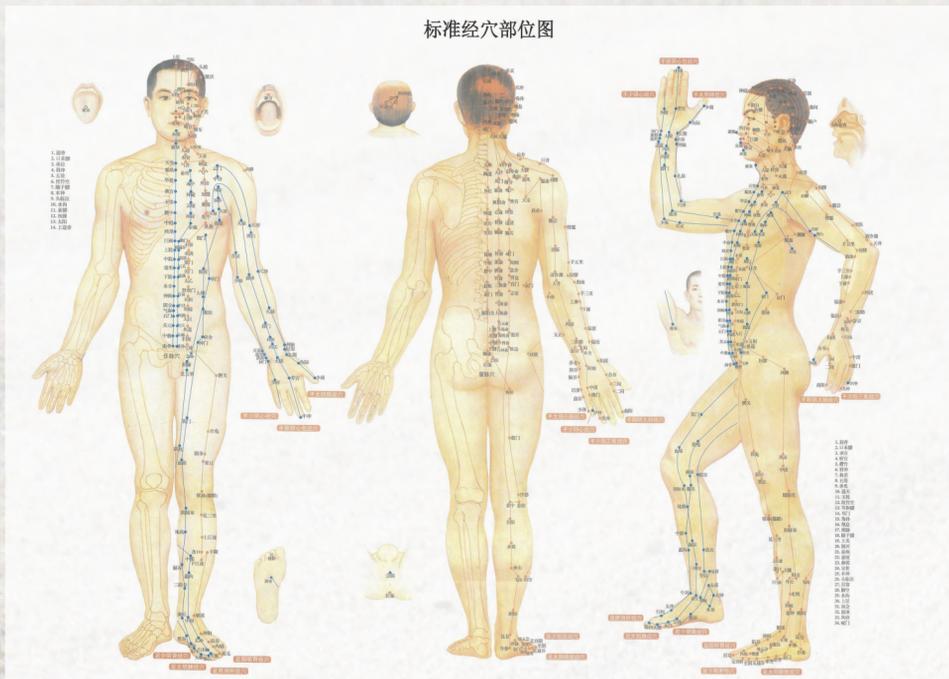
Le prix intègre cotisation et adhésion à l'association

Possibilité de paiement en 3 fois
Coupons sports et Chèques Vacances

Association loi 1901
AJC Saintry
ajc-saintry.fr

Président : Guy Baris
06 48 22 62 81

Pourquoi du Qi Gong ?

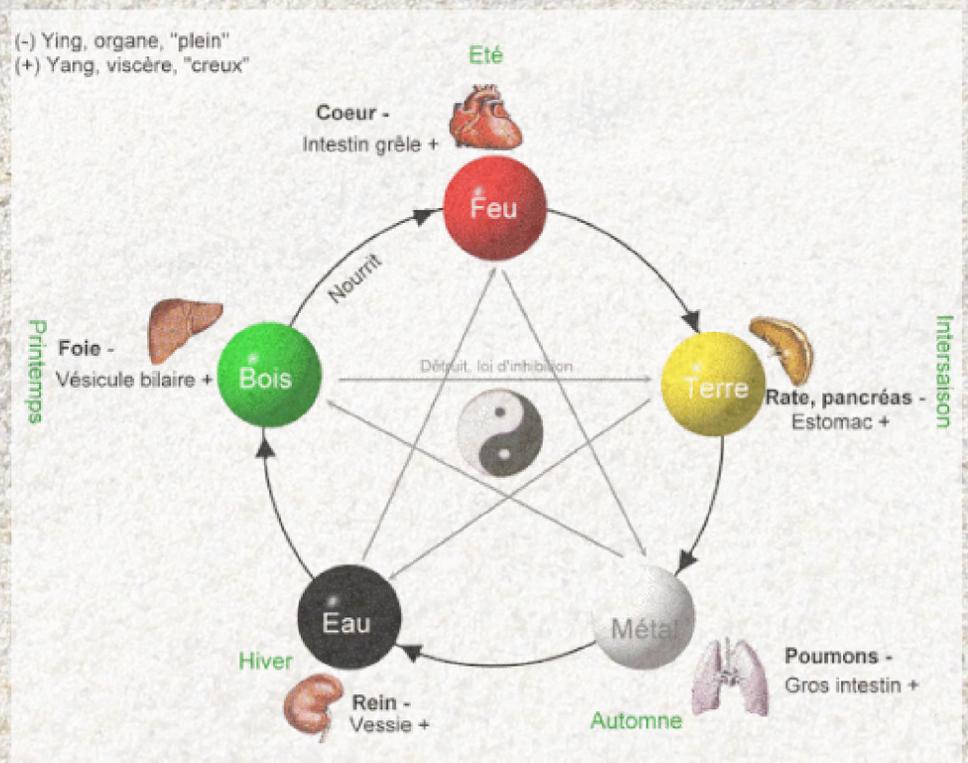


Depuis 1972, l'association AJC Saintry propose des activités autour des arts martiaux et de la gymnastique d'entretien.

Le Qi Gong est une discipline qui convient parfaitement à ces deux profils.

Adeptes depuis de longues années du Qi Gong, notre professeur de Jujitsu a passé la formation requise pour officiellement enseigner cet art de santé.

Le Qi Gong joue notamment sur les méridiens de la médecine traditionnelle chinoise.



C'est une science de la respiration fondée sur la connaissance et la maîtrise du souffle qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.

Plus d'infos sur
ajc-saintry.fr

