

QI GONG

Le Qi Gong “Gymnastique chinoise de l’énergie”:

Est effectué par des mouvements au ralenti, des positions, concentration et respiration.

Le Qi Gong nous apprend à ressentir notre énergie vitale et favoriser une libre circulation énergétique, à détendre notre système nerveux, à favoriser un état d’apaisement et de soulagement.

Il permet également un équilibre au niveau physique, émotif, mental et spirituel.



Animatrice :

Mme France Deschênes, B.sc.

Thérapeute en équilibre corporel (massage sonore, énergétique et drainage lymphatique).

Mme Deschênes s’intéresse à la santé globale depuis plus de 25 ans.

Elle anime des ateliers de pratiques énergétiques (Qi Gong) depuis plus de 10 ans.

Formée auprès de M. Migaud et D. Laferrière elle poursuit annuellement des cours afin de parfaire son expertise.

Maximum: 10 personnes 10 rencontres 50\$ pour les membres