

Samedi 24 Juin

Avec Anne-Lyse

Une journée d'immersion dans la nature

Thème : la perception du chi, dans et autour de nous.

Nous pratiquerons dans la pinède.

- Les 11 Qi Gong, support idéal pour développer ou aller beaucoup plus loin dans la perception du Chi,

- Formes de Tai Chi ; en fonction des participants inscrits.

Cours en mouvement et au Sol.

Rendez-vous à **9h30**

Boulevard Louis Pierotti (A partir du rond point du Leclerc Sormiou)

Juste après le 45, devant les grilles vertes du Centre d'Education Canin.

Parking facile ; départ de randonnées.

Fin de la journée **17h30**

Tarif : 60 €

Nous pratiquerons à 5 mn de là, dans la nature.

Pensez à votre pique-nique & apporter tapis de sol et petit banc (si vous en avez un).

Infos et inscriptions : annelyse@artduchi.com

