

L'association « Les Arts Tao » à Rezé vous propose de pratiquer le Qigong, ou gymnastique énergétique chinoise :



Animatrice : Charlotte Madézo

Enseigne depuis 2005

Diplômée de l'école San Yiquan

Chef de file : Georges Charles ; site : tao-yin.fr

Le Qigong : Fortifie le corps, développe les sens, éveille l'esprit. C'est le but de cette gymnastique énergétique chinoise. Ces exercices sont issus d'un art millénaire venu de Chine. Ils constituent une pratique plaisante d'entretien de la santé. Pour un nouvel équilibre entre Ciel et Terre.

Lieu des cours : 4 allée de Provence, bâtiment Provence, salle de La Volière, premier étage du bâtiment à Rezé (arrêt du tram : Balinière)

Horaires:

Le lundi de 18H à 19H15

Le mardi de 19H à 20H15

Prévoir : tenue souple, coussin, et si vous avez, tapis de sol.

Tarif : 180 € /an

Toute information complémentaire au **06 95 44 51 62**

Ou : madezo.charlotte@orange.fr