

Stage qi gong du sourire

Dans le cadre des Cypriales et à l'approche du salon du bien-être, Patrick Horel de l'association L'arbre et le vent propose un stage de qi gong du sourire, le samedi 21 avril de 9 heures à 12 heures et de 14 heures à 17 heures à la salle Cyprès du mas des Capellans. Ce stage enseignera comment déclencher intentionnellement l'énergie du sourire afin de l'utiliser comme source de bien-être, de dynamisation et d'harmonisation intérieure.

En posture assise, on libère les tensions musculaires et émotionnelles, on libère les organes des tensions et on stimule leur énergie. En pratique debout, le qi gong mobilise,



► Patrick Horel propose d'utiliser les bienfaits du sourire.

densifie et met en mouvement en nous l'énergie du sourire.

► Stage accessible à tous.
Tarifs, matinée : adhérent à l'association 30 €, non adhérent 35 €; stage complet : adhérent à l'association 50 €, non adhérent 60 €. Informations et inscriptions au 06 50 57 57 38 ou larbreetlevant@gmail.fr