



Centre social
Association loi 1901

QI GONG

Animé par Yves BROSSIER
Diplômé de Taoist Art Organisation
et de la FFW aemc

Adultes, tous niveaux

Lundi
de 18h30 à 20h

Le QI GONG est un ensemble d'exercices pour,
littéralement « ériger la puissance ».



Cette œuvre se réalise progressivement par :
L'amélioration de l'alignement postural.
L'écoute du Qi ou Souffle Vital.
La prise de conscience et le renforcement de
La structure énergétique, (le Centre, l'Axe
Vertical Interne, les Arcs de Force...)

Tarif étudiants
en baisse :
183 € / an

Ces exercices du Souffle Energétique
permettent, en outre, de développer la
concentration mentale, d'installer la paix de
l'esprit, favorisant la gestion du stress,
d'ouvrir et purifier les méridiens, de trouver
l'enracinement et la stabilité.

La Condition des Soies
7 rue St Polycarpe
69001 LYON
Tel : 04 78 39 36 36

Ceci grâce à des techniques très
complémentaires,
Statiques (Posture de l'« Arbre »),
Dynamiques, et des marches lentes.