

LIBÉRER LE FOIE POUR LE PRINTEMPS



*“Équilibrer en harmonisant les
émotions profondes”*

Atelier QI GONG

Découvrez les bienfaits du Qi gong.

Dans l'énergétique chinoise, on considère les 5 éléments (bois, feu, terre, métal et eau) reliés aux 5 saisons, aux 5 organes, aux 5 sens, aux 5 émotions, aux 5 saveurs.

Ce système de correspondances relie les différents systèmes du corps et du psychisme avec les énergies de la nature et des saisons.

Nous vous proposons ainsi 5 stages qui vont permettre d'harmoniser vos énergies avec les saisons pour prévenir les déséquilibres potentiels et renforcer votre vitalité et l'équilibre des émotions.



MOUVEMENTS DE QI GONG

ORGANES CONCERNÉS :
FOIE - VÉSICULE BILIAIRE

BIENFAITS :

- Calme et apaisement
- Assouplissement des tendons
- Renaissance et renouveau
- Elan et optimisme
- Créativité

ATELIER ANIMÉ PAR :

Jérôme
Association
Le souffle de l'arbre

SAMEDI 16 MARS 2024
9H / 12H ou 14H / 17H

PARTICIPATION :
50 euros

**ECOLIEU
O SAVEUR DE L'INSTANT**

174 rue du Thiellet
71500 SAINT USUGE
www.ecolieu.osaveurdelinstant.fr

Contact et réservation :

Jérôme LASPALLES

06 07 71 55 43