



ECOLE DE
TAIJI QUAN & QI GONG

STAGE

9 mars 2019
9h00 à 12h00

Espace Jean DOUCET
Saint Etienne de Saint Geoirs

La Spirale en Mouvement

Animé par Valérie ANCELIN

"Vivre la Spirale depuis la **Terre** pour s'ouvrir à la **Nature** et s'unir à l'**Univers**"

Cette dynamique nous invite à explorer "Les pieds, nos **Racines**, la colonne vertébrale, notre **Verticalité**, le sommet de la tête, notre **Éveil**".

La Spirale est la clé du déploiement de Notre Conscience Corporelle. Elle se révèle à travers nos pratiques énergétiques chinoises pour assouplir les tendons, les muscles et renforcer les ligaments et les os.

Tarif : 30€

Les élèves de l'école qui participent aux 2 stages bénéficient d'un tarif de 20€ pour le dernier stage. Pour une meilleure organisation de ce stage, merci de vous inscrire sur le lien **Doodle** disponible depuis le site : **vivresonmouvement.fr**

Les personnes extérieures désireuses de découvrir sont les bienvenues

Contact : Dominique TOURNEBIZE : 06-71-89-06-35
Email : vivresonmouvement@gmail.com
Site : vivresonmouvement.fr