



www.lesateliersducalme.fr



# Qi Gong

Atelier tous niveaux, de 15 à 99 ans.

**Samedi 1er octobre**  
**de 9h à 12h**

Trois heures pour découvrir  
ou approfondir la pratique du Qi gong.  
Un temps pour se poser, respirer, évacuer  
les tensions et accueillir  
la saison d'automne.

Avec le Qi gong, on allie mouvement,  
respiration et intention. Petit à petit,  
le corps s'assouplit et se renforce,  
l'esprit s'apaise : on entre dans le calme.

**Infos et  
inscription**

[louise@lesateliersducalme.fr](mailto:louise@lesateliersducalme.fr)

**06 32 02 39 97**

**Lieu :**

Au parc arboré de  
l'hôpital de Bassens

**Tarif :**

Participation libre et consciente  
(tarif indicatif : entre 18 et 25€)

**Animé par Louise**



Diplômée des Temps du Corps, du Centre National de Qi Gong de Beidaihe (Chine), et de la Sorbonne Nouvelle, je pratique et me forme au Qi Gong depuis une dizaine d'années. Je transmets avec joie et curiosité cet art immense, où un mouvement est une surprise à chaque fois renouvelée.

