



Samedi 25 avril 2026

Qi-gong des Cinq Animaux : Ours, Cerf, Tigre, Singe, Cigogne.

Salle Associative au 13 Square L. Rose au-dessus de la bibliothèque

De 14h30 à 17h45

Accueil à 14h15 autour d'un thé, café. Ouvert à toutes et tous, débutants.es bienvenus.es !

Animé par **Christine Sans**, Sophrologue Certifiée, Enseignante de Gi-Gong et de Tai-Chi

Diplômée Éducatrice Sportive Sports Santé.

« Un samedi cocooning » Qi-gong, relaxation.

Le qi-gong des animaux de Pékin est un Qi Gong très ludique, relié aux organes et aux saisons. La salle est lumineuse proche du Parc du thabor. Pratique en extérieur selon la météo.

Pour la relaxation prévoir : un plaid, un petit coussin pour votre tête si vous le souhaitez. Il y a des tapis sur place. Merci d'apporter petites surprises à partager pour la pause goûter !

**Bulletin d'inscription avec votre règlement à envoyer rapidement
places limitées à 12 personnes.**

Prénom : Nom : Tél :

Adresse mail :

Pathologies :

Tarifs Adhérents **40€**. Non adhérents **45€**. Tarif réduit Carte Sortir : **30€**.

Merci de retourner ce bulletin accompagné de votre règlement. Par mail et
Virement possible également.

Chèque à l'ordre de Christine SANS 3, Allée des Patissiaux 35 510 Cesson-Sévigné

Renseignements au : **06 64 32 75 90**

Site www.taoducoeur.fr Adresse mail : christine.sans@taoducoeur.fr