



# Atelier Qi Gong

## JOZERAND

Salle d'activités, vers l'école entre la Rue du Sagnat  
et la Rue du Clos

Le QI-GONG est une gymnastique et discipline énergétique, par des mouvements lents, des postures et méditations, permettant de développer la condition physique, favoriser le bien-être, soulager le stress et améliorer ses capacités respiratoires.

Séances animées par Laëtitia TEXIER

14h00-15h00

<b>Jeudi 2 Mai 2024</b>	<b>Jeudi 13 Juin 2024</b>
<b>Jeudi 16 Mai 2024</b>	<b>Jeudi 20 Juin 2024</b>
<b>Jeudi 23 Mai 2024</b>	<b>Jeudi 27 Juin 2024</b>
<b>Jeudi 30 Mai 2024</b>	<b>Jeudi 4 juillet 2024</b>
<b>Jeudi 6 Juin 2024</b>	<b>Jeudi 11 Juillet 2024</b>

**PARTICIPATION GRATUITE**

**Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances  
auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

