

Harmonie du Qi propose le stage

Marches thérapeutiques de Qi Gong

A Grenoble (ou environs)

Stage animé par Alina Besançon

2 et 3 juillet 2022: 9h00 - 11h30

Tarif: 45 Euros

Contact: harmonie.qi@free.fr

Détails sur www.aravinda.org

Les marches thérapeutiques de Qi Gong pratiquées en Chine depuis très longtemps ont connu un nouvel essor récemment grâce à leur efficacité démontrée cliniquement et scientifiquement dans des traitements complémentaires des maladies modernes : cancer, stress, dépression, fibromyalgie, insomnie, ...

Pratique simple mais profonde, demandant une bonne concentration mais ne requérant aucune connaissance préalable, ces marches thérapeutiques combinent une respiration adaptée et un rythme avec une intention dédiée à chaque organe majeur.

L'ensemble de ces 5 marches représente un formidable outil de prévention et de lutte contre les méfaits des différents déséquilibres (physiques, affectifs, mentaux) de la vie moderne, par une meilleure oxygénation des cellules et une harmonisation globale.