

« Un Dimanche de réparation ou Qi Gong et Kintsugi » - Programme-

→ Venez pratiquer le Qi Gong et l'art du Kintsugi

Laissez-vous guider par Michèle avec la pratique de différents mouvements de Qi Gong visant à calmer et nourrir le Cœur, afin de se préparer à l'art japonais de la réparation dorée.

Sandrine et Arnaud nous accompagneront alors dans un voyage introspectif et créatif où chaque fissure devient un chemin vers plus de conscience et d'harmonie.

→ Quels matériels apporter ?

- une tenue confortable et une paire de chaussure légère (lino au sol)
- un vêtement qui ne craint pas d'être sali
- le repas du midi se fait sous forme d'auberge espagnole

→ Tarif plein : 80€ et Tarif solidaire : 70€

→ Où et quand ? Le **Dimanche 25 Mai** de 9h30 à 17h à la **Maison des Associations LILLE** (métro République-Beaux Arts)

→ Si besoin de plus de renseignements, n'hésitez pas à nous contacter :

<p>Sandrine PINTENAT 06 64 82 88 32 sanjing.san@gmail.com</p> <p>Énergéticienne et praticienne en médecine chinoise, passionnée par le soin de soi, des autres et du monde.</p>	<p>Michèle LEROUGE Tel : 06 45 35 13 58 contact@corpsetharmonie.fr</p> <p>Diplômée de l'école Tao en Qi Gong Traditionnel et Tai chi chuan. Formée par Thierry Alibert. Certifiée CQP (Activités Gym, d'Entretien et d'Expression)</p>	<p>Arnaud ONCINA arnaud.oncina@espacetemps.org</p> <p>Praticien en santé holistique : énergétique chinoise, massage Tuina et l'hypnose pour accompagner chacun.e vers un mieux-être.</p>
--	--	---

**Réservez dès maintenant en remplissant et en envoyant votre
Bulletin d'Inscription**

A bientôt ! 