



SAISON 2025/2026

QI-GONG
BRAINS

Des ateliers de DAO HUA QI GONG, ouverts à tous, sont organisés plusieurs dimanches matin, au cours de l'année, salle Joseph Albert, à Brains, de 9h30 à 11h30.

Dates : 28 septembre 2025, 12 octobre 2025,
16 novembre 2025, 7 décembre 2025,
11 janvier 2026, 8 février 2026, 22 mars 2026,
10 mai 2026, 7 juin 2026.

Le Dao Hua Qi Gong est un art visant à harmoniser la bonne circulation du Qi (énergie vitale), essentiel à la santé. Une pratique régulière permet d'optimiser les effets bénéfiques des exercices choisis en accompagnant le corps au rythme des saisons.

2 intervenantes : Isabelle GUEZEL et Béatrice TENAUD

Contact : unbrainsdenergie@gmail.com Tél : 06.40.37.47.09

Site internet : <https://unbrainsdenergie.fr> Facebook : Un Brains d'Energie