



SAISON 2026/2027

QI-GONG

BRAINS

Reprise des cours et ateliers de Qi Gong avec l'association Un Brains d'Energie , à partir du lundi 14 septembre 2026.

2 cours hebdomadaires :

Le lundi de 16h30 à 18h00, salle Joseph Albert à Brains

Le mardi de 20h00 à 21h30, salle Joseph Albert à Brains

Des ateliers de DAO HUA QI GONG, ouverts à tous, sont organisés plusieurs dimanches matin, salle Joseph Albert, à Brains.

Nouvel horaire cette année : 9h30 à 12h00 au lieu de 11h30.

Dates : 20 septembre 2026, 11 octobre 2026,

22 novembre 2026,

10 janvier 2027, 7 février 2027, 14 mars 2027,

11 avril 2027, 13 juin 2027.

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

***Inscriptions par mail, par courrier, ou auprès de l'intervenante au cours.
Fiche d'inscription téléchargeable sur le site.***