

Qi Gong & Respiration Consciente

L'énergie des
POUMONS

Samedi **5 octobre** 2019 à Toulouse

Deux temps pour régénérer et purifier les poumons par le souffle, afin d'aborder l'automne en pleine forme.



10h-13h Qi Gong de l'oiseau avec Véronique : sa pratique nous apporte légèreté, lâcher prise, et renforce l'énergie des Poumons.

14h30-17h30 Respiration Consciente avec Christine : oxygéner nos cellules, inviter les émotions à se libérer et le mental à faire silence.



Renseignements et inscription (possible à la journée ou demi-journée) auprès de :

Véronique Berthier 06 50 27 75 36
fleuressenceasso@gmail.com
www.fleuressence.fr

Christine Delafoulhouze 06 29 44 83 20
christine@rebirth31.fr
www.rebirth31.fr

