

# Qi Gong Arts énergétiques



**S H E N** Santé Harmonie Energie Nature

Cours - Ateliers santé – Stages – Suivi individualisé

Energétique chinoise : diététique énergétique, digipuncture, moxas, pharmacopée, crystallo-puncture

Cours le jeudi à 18h30 <https://www.qi-gong-shen.fr/montlaur/>  
Salle Saint Lautier Plaine des sports 31 450 Montlaur

1<sup>er</sup> cours offert

Tel : 06 82 81 20 00

Internet : <https://www.qi-gong-shen.fr>

mail : [qi.gong.shen31@gmail.com](mailto:qi.gong.shen31@gmail.com)

**Le Qi Gong** permet la maîtrise de l'énergie, de la respiration associée aux mouvements du corps.

La pratique vise à réconcilier le corps, l'esprit et à entretenir la vitalité. Parvenir ainsi, à une meilleure circulation des flux énergétiques.

Le Qi Gong aide à relâcher les tensions du corps, du cœur et de l'esprit. Il empreinte les logiques de la médecine chinoise. Faire une séance de Qi Gong, c'est se faire un soin.

Un dossier simple est structuré présente le Qi Gong :

[https://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=qi\\_gong\\_th](https://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=qi_gong_th)