

Planning / Horaires du Qi-Gong

ATELIER QI-GONG AVEC CATHERINE LABOUREAU :

• Mercredi:
16H30 à 17H45
18H00 à 19H15
19H30 à 20H45

Vendredi
15h15 à 16h30

Fréquence : 4 séances par semaine

Calendrier prévisionnel : Septembre 2026 à Juin 2027 (hors vacances scolaires, jours fériés et vend 13/11/26, vend 12/02/27, merc 5 et 12 mai, vend 7 et 14 mai (ascencion/pentecôte) soit 28 vendredis et 29 mardis)

Capacité : fonction de la salle (10 pers max dans la salle du 1er étage)

Etant également Sophrologue Diplômée et praticienne en massage Shiatsu, je peux assurer de la Sophrologie en groupe ou ponctuellement des ateliers d'automassage en Shiatsu (shiatsu du visage , des mains, des pieds) si des besoins de vos adhérents émergent sur ces créneaux.

Vous pouvez nous contacter pour faire evoluer les horaires / inscrits

QI GONG

2026/2027

Mercredi

16H30 - 17H45

18H00 - 19H15

19H30 - 20H45

Vendredi

15H15 - 16h30

Du 16/09/26 au 18/06/27

en partenariat avec l'Amicale Laïque Saint Genis Laval
amicalelaiquesaintgenislaval@gmail.com

Automassages

Réveil articulaire

Mouvements lents et doux

Travail du souffle

Méditation et Relaxation

Accessible à tous
Energie du groupe
Convivialité



Pré-Inscriptions et Renseignements :
Catherine: 06-64-27-03-67