

STAGE DE QI GONG

organisé par *Bien-Être 64 (Biarritz)*



THIERRY ALIBERT

Samedi 7 mars

9h30 -12h30

14h30-17h30

Participation : 75€

(adhérents Biarritz Accueil : 68€)

Lieu : Gymnase de la Halle Sportive
de Larochefoucauld
16 avenue d'Etienne
64200 Biarritz

SHI BA SHI OU 18 MOUVEMENTS DU TAI CHI QI GONG

Créée en 1979 par le professeur Lin Housheng, cette pratique, inspirée des premiers mouvements du Tai Chi Chuan de style Yang, permet une harmonisation douce de l'ensemble du corps avec un travail sur la respiration et l'esprit. Cette série de mouvements simples et fluides a été reprise par Thierry Alibert dans la philosophie de l'Ecole TAO.

CONTACT :

Aude Faisant :

06 80 42 04 18

bienetre64@hotmail.com



ECOLE TAO

ecoletao-thierryalibert.fr

FB : [ecole tao - thierry alibert](#)

Instagram : [@ecoletao- thierryalibert](#)