

气
功

太
極
拳



STAGE QI GONG & TAI CHI

Mercredi 1 juillet 2026 (Matin et/ou Après-midi)

INFORMATIONS & INSCRIPTION :

Lieu : NANTES (extérieur / parc)

Horaires : 09h30-12h30

& 13h30-16h30

Tarif journée : 60€

Tarif demi journée : 35€

Contact : 0689381512

yuansourcecontact@gmail.com

Découvrez la pratique du **Qi Gong & du Tai Chi dans la Nature**, un espace propice à l'écoute et au ressenti. Il s'agit de 2 méthodes asiatiques qui prônent le bien être du corps & de l'esprit.

Programme :

- Qi Gong dynamique & méditatif
- pause déjeuner (pique-nique)
- Tai Chi débutant & avancé

Possibilité de suivre le stage à la journée ou demi-journée

Le stage est ouvert à tou.te.s !

Ce stage est organisé par l'association « **Yuan Source** »
et animé par **Frédéric Sourice**



Yuan Source