

*Samedi 23
novembre 2024*

*Thème :
Go Shin Tai So*



avec Thierry Lambert

14h/17h

*Série de 12 exercices
d'origine japonaise*

Cette série permet la mise en évidence des méridiens, améliore la circulation, elle agit comme une gymnastique de santé.

Elle comprend trois composantes ; la pratique posturale, la respiration et le travail du Yi (l'intention)

LIEU DU STAGE

*Salle polyvalente de Lébisey
Accès : Av. de la 3ème Division
d'Infanterie
Parking de l'ancienne école de
Lébisey
Hérouville-Saint-Clair*

Contacts



Association « *LE BAMBOU* »

23 rue de Luc Langrune sur mer
Tel : 07-50-50-69-33

Email :

lebambou@lebambou.org

Site Web :

Http/ : www.lebambou.org

Je m'inscris à ce stage

25€

NOM.....

PRENOM.....

ADRESSE

.....

.....

TEL.....

EMAIL.....