**Stage d'automne de Qi Gong  du 7 au 11 octobre 19 / 9h à 11h** (organisé par le MDA)

**Thème:**  Le corps se prépare à l’automne et à l’hiver. Nous le soutenons à travers des mouvements basés sur la médecine traditionnelle sino-japonaise.
Automassage, Qi Gong des 8 brocarts, Qi Gong « reeling silk » et la forme de Tai Ji des « 9 mouvements » seront pratiqués et développés pendant ce stage !
**Prix :** CHF 190.- pour membres / CHF 210.-