

# QI GONG

GYMNASTIQUE ASIATIQUE DE SANTÉ

avec

*Carole Konrad Kasso*

Enseignante diplômée du Centre Tao de Tours



SAISON 2023 - 2024

du 18 septembre 2023 au 28 juin 2024

Discipline millénaire, le **Qi Gong** est une méthode globale d'entretien de l'énergie vitale pour prévenir les maladies et préserver la vitalité tout au long de la vie.

Pratiqué régulièrement, le **Qi Gong** permet la gestion du bien-être au quotidien.

Les mouvements sont harmonieux, doux, respectueux des capacités, synchronisés sur la respiration lente et sont réalisés avec l'esprit concentré. L'ensemble du travail énergétique contribue à un état d'unité et de fluidité et apporte une profonde relaxation.

## SAISON 2023-2024

du 18 septembre 2023 au 28 juin 2024

**Lundi • 20h00**

*La Ferté-Imbault*

Gymnase - rue des Pellois

**Mardi • 18h30**

*Châtres-sur-Cher*

Salle multi-activités - rue Ségrétin

**Mercredi • 10h00**

*Theillay*

Foyer rural - rue de la Pierre

**Mercredi • 18h30**

*Vierzon*

Salle municipale Chaillot - rue de Bellon

**Jeudi • 9h30**

*Châtres-sur-Cher*

Dojo San Dokai - allée Ambroise-Paré

A partir  
de  
novembre

## STAGES À THÈME

Le dimanche matin,  
programme et agenda sur le site :

**Qigong41.com**

Stages personnalisés sur demande.

## ATELIERS VARIÉS

Découvertes  
des arts énergétiques  
et de la culture  
traditionnelle chinoise.

**INSCRIPTIONS À PARTIR DU 24 AOÛT**  
**carokasso@gmail.com ou par tél. : 06 72 98 56 67**

Forfait\* annuel 35 cours hebdomadaires 330€ • Forfait 21 cours 210€ ou 10 cours 120€ (durée 1h15)

\*Adhésion obligatoire à l'association En-Vie de Qi Gong

Séance d'essai toute l'année 7,50€



**EN-VIE DE QI-GONG**

68 Route de la Croix - 18100 VIERZON  
06 72 98 56 67

carokasso@gmail.com • Qigong41.com

Qi Gong Sologne - Vallée du Cher



En-vie de Qi-Gong - Siret : 852 303 312 00015

Création graphique / impression : Katia Infographiste - EI - 06 09 79 79 19

Ne pas jeter sur la voie publique.