

Qi Gong de la verticalité intérieure

無極 站 樁 氣 功

Pratique issue de l'enseignement du « Wu Ji Zhan Zhuang Qi Gong » de Kar Fung Wu, proposés par Patrick Chenut.

L'accent est mis sur :

- L'expérience de la posture debout.
- Le dialogue du poids et des appuis.
- La conscience des représentations du corps et de l'espace.
- La dynamique de l'imaginaire, du schéma corporel et des changements d'attitudes.
- La possibilité de gestes justes issus de la synergie de l'involontaire (réflexes, automatismes, impulsions) et du volontaire (intentions, directions, décisions)

Les cours ont lieu à la salle Baba, à Saou, 13 rue des Abbayes, derrière l'église.

Le mercredi de 18H30 à 19H30 et le vendredi de 9H00 à 10H00.

Tarifs valables pour un ou deux cours par semaine et pour les cours en visio par Zoom :

l'année : 300 €, le trimestre : 120€, le cours 15 €.