

CLUB QI-GONG

Animation : Agnès Fatet

Référente : Monique Coquin-Idatte - 06 86 89 47 47

Ressourcez-vous au club Qi Gong !

Le Qi Gong est un sport d'origine chinoise. La pratique régulière du Qi Gong est destinée à renforcer et assouplir la structure musculosquelettique du corps et à optimiser les fonctions de l'organisme, dans le but d'entretenir la santé et de promouvoir la longévité. En favorisant la concentration, le Qi Gong s'avère également bénéfique dans de multiples domaines : professionnel, sportif, artistique ou éducatif.