



PLANNING DES COURS

Qi Gong & Tai Chi Chuan

🌿 À PARTIR DU LUNDI 14 SEPTEMBRE 2026 🌿

LUNDI		18 H 15 – 19 H 15 QI GONG	 MONTAIGU Salle des fêtes
		19 H 30 – 20 H 30 TAI CHI CHUAN	 MONTAIGU Salle des fêtes
MARDI		17 H 00 – 18 H 00 QI GONG	 LAUZERTE Salle d'exposition
		18 H 05 – 19 H 20 TAI CHI CHUAN	 LAUZERTE Salle d'exposition
		18 H 30 – 19 H 30 QI GONG	 SAINT-LAURENT-LOLMIE Ancienne école
		19 H 45 – 20 H 45 TAI CHI CHUAN	 SAINT-LAURENT-LOLMIE Ancienne école
MERCREDI		12 H 15 – 13 H 30 QI GONG	 MONTCUQ-EN-QUERCY-BLANC Salle de danse
JEUDI		10 H 00 – 11 H 30 QI GONG	 MONTLAUZUN Salle des fêtes
		18 H 30 – 19 H 45 QI GONG	 LAUZERTE Salle d'exposition

LES BIENFAITS DE NOS PRATIQUES



ÉNERGIE
& VITALITÉ



ÉQUILIBRE
& HARMONIE



RESPIRATION
& SOUPLESSE



CLARTÉ MENTALE
& SÉRÉNITÉ



COURS D'ESSAI OFFERT
Venez essayer, sans engagement !



**À PARTIR DU
14 SEPTEMBRE 2026**

