

氣
功

QI GONG

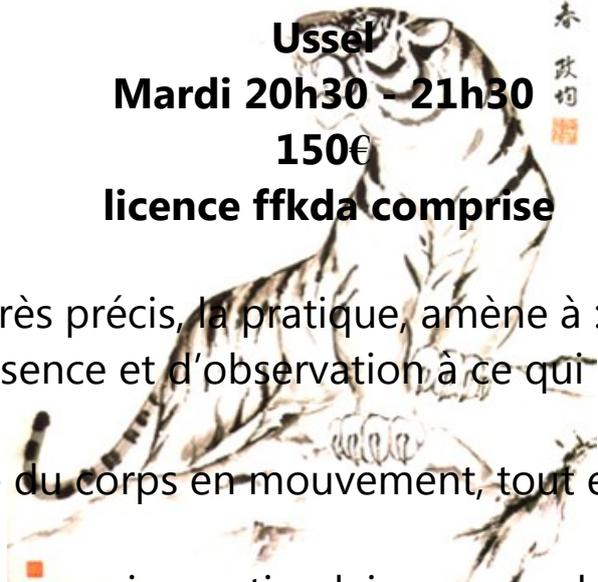
**ECOLE SHENDAO
DE BERNARD SAUTAREL**

Avec Pierre Bodeau (BE EPS)

**Avec l'association
« Un temps pour soi »
Salle municipale du Theil
11 rue du château du Theil
Ussel
Lundi : 9h30 - 11h00
Adhésion association 20€
Cours : 150€**

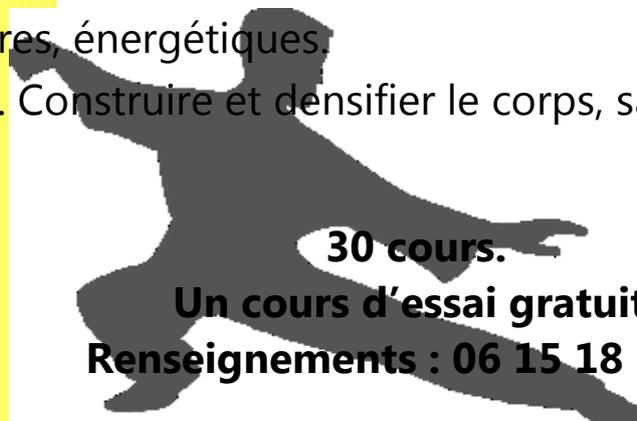
**Avec le
« Cercle Shito-Ryu »
Dojo municipal
rue Lachaze
Ussel
Mardi 20h30 - 21h30
150€
licence ffkda comprise**

茂
富
春
政
均
繪



Structurée par un enseignement très précis, la pratique, amène à :

- . Développer des capacités de présence et d'observation à ce qui « fait et réalise » le mouvement.
- . Porter sa vigilance sur une partie du corps en mouvement, tout en observant le tout.
- . S'ouvrir aux nouvelles sensations organiques, tissulaires, musculaires, énergétiques.
- . Construire et densifier le corps, sans mentaliser.



30 cours.

Un cours d'essai gratuit.

Renseignements : 06 15 18 68 06

Facebook :

<https://www.facebook.com/bodeau.fr>

<https://bodeau.fr>

