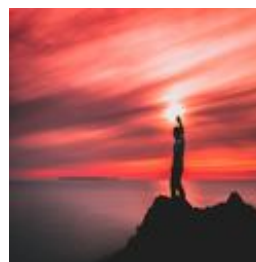


Cours de Présence en mouvements à Tinquieux - Hebdomadaire



[Pour recevoir notre newsletter.](#)

Mouvements en Présence - bien-être et relaxation - inspiré du Qi Gong

Ces séances visent à retrouver un état naturel de détente physique et mentale en reprenant contact avec l'instant présent, par le corps, outil puissant mais souvent ignoré. En partant de la relaxation et de la méditation, cet état s'expérimente progressivement dans des postures simples debout puis dans des enchaînements de mouvements lents, issus d'enseignements traditionnels chinois. Le but ultime est pour le pratiquant d'accéder à cette détente à chaque instant de sa vie quotidienne.

Tous les mardis, de 12h30 à 13h30.

A partir du 20 septembre 2018 jusqu'au 6 juillet 2019 (Hors vacances scolaires et jours fériés)

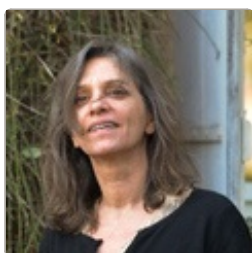
Cours d'essai offert et inscription toute l'année.

Tarif : 250€ l'année + adhésion de 15€

Petits budgets, nous contacter.

[Renseignements et inscriptions](#)

Intervenants:



Anne Scheffler

Lieu: Un air de Campagne

Adresse: 63, rue du 29 août 1944, 51430 Tinquieux
compte ne sera pas activé.

L'inscription à chaque activité payante ne sera confirmée qu'après réception du règlement.

La participation aux activités d'un prix supérieur à 14€ requiert l'adhésion à [l'association](#).

Pré-inscription par courriel

[Contactez-nous par courriel](#) pour annoncer votre intérêt à l'une de nos activités ou obtenir des informations complémentaires.

Inscription par courrier

Remplissez [la fiche d'inscription](#) et envoyez la, accompagnée d'un chèque, à:

Spirales, 15 rue de la République, 51140 Romain.

Inscription en ligne

Inscrivez-vous en tant que nouvel utilisateur, en haut à droite de cette page.

Attention: lors de la création de votre compte, un courriel vous sera envoyé, sur l'adresse électronique fournie, qui vous demandera de confirmer votre inscription en cliquant sur un lien sécurisé. Sans cette action de votre part, votre

Une fois votre compte créé, connectez vous sur celui-ci via les champs "utilisateur" et "mot de passe" accessibles en haut à droite de chaque page, ouvrez la fiche de l'activité qui vous

intéresse, puis cliquer sur le bouton "acheter" en bas de celle-ci.

Petit budget?

[Contactez-nous.](#)