



Eté 2019

## Association Qi Gong et Activités de Bien-être

### Séances de Qi Gong en plein air

Qi gong = gymnastique douce chinoise, accessible à tous.

Gratuit pour  
tous

Nous vous proposons de venir nous rejoindre au Bois Cernin afin de pratiquer le Qi Gong

Mardi 10h30 à 11h30	Jeudi 19h30 à 20h30	<p><u>Pour s'y rendre :</u></p> <p>Au rond-point à l'entrée de Neuville (Mavault) : suivre la direction Loudun, Mirebeau, à 200 m tourner à droite à la petite pancarte "Dolmen", traverser le bois et c'est là ... en pleine nature, il y a un préau pour s'abriter en cas de mauvais temps.</p> <p><b>Attention</b>, suivant le sens du vent nous nous installons :</p> <p>-soit en avant du petit bois (dans les arbres), -soit derrière le petit bois (sur l'aire de pique-nique).</p>
9 juillet	11 juillet	
16 juillet	18 juillet	
23 juillet	25 juillet	
30 juillet	1 <sup>er</sup> août	
6 août	8 août	
xxxxxxxxxxx	xxxxxxxxxxx	
20 août	22 août	
27 août	29 août	



Eté 2019

## Association Qi Gong et Activités de Bien-être

### Séances de Qi Gong en plein air

Qi gong = gymnastique douce chinoise, accessible à tous.

Gratuit pour  
tous

Nous vous proposons de venir nous rejoindre au Bois Cernin afin de pratiquer le Qi Gong

Mardi 10h30 à 11h30	Jeudi 19h30 à 20h30	<p><u>Pour s'y rendre :</u></p> <p>Au rond-point à l'entrée de Neuville (Mavault) : suivre la direction Loudun, Mirebeau, à 200 m tourner à droite à la petite pancarte "Dolmen", traverser le bois et c'est là... en pleine nature, il y a un préau pour s'abriter en cas de mauvais temps.</p> <p><b>Attention</b>, suivant le sens du vent nous nous installons :</p> <p>-soit en avant du petit bois (dans les arbres), -soit derrière le petit bois (sur l'aire de pique-nique).</p>
9 juillet	11 juillet	
16 juillet	18 juillet	
23 juillet	25 juillet	
30 juillet	1 <sup>er</sup> août	
6 août	8 août	
xxxxxxxxxxx	xxxxxxxxxxx	
20 août	22 août	
27 août	29 août	