



INFORMATIONS

Ces informations sont susceptibles de modifications. Merci de vous référer au site.

Lieu : Université Populaire
(Salle de réunion)

Début le mercredi 13 novembre 2024

DURÉE : 01:30

Prix : **10.50 €**

MATERIEL :

Vêtements amples confortables, un tapis de yoga, un coussin et une couverture pour les personnes qui veulent s'allonger pendant la pratique,

CODE ACTIVITÉ : 210

DESCRIPTION

Dans le Jin Shin Jyutsu l'automne est associé à la deuxième profondeur, à notre couche cutanée profonde, aux fascias, aux énergies des organes poumon et grand intestin.

A la suite de la conférence de la saison dernière, les participants ont souhaité approfondir cette découverte. Pour bien passer cette période de transition, Susanne STADELMANN vous propose des flux d'énergies et des positions de doigts afin de renforcer votre système immunitaire et harmoniser votre santé.

PRÉ REQUIS

Suite de l'intervention de janvier 2024 mais pas de pré-requis nécessaires, quelques explications seront données pendant la séance.

OBJECTIFS

Grâce à des pratiques simples apprendre à soutenir son énergie à l'approche de l'hiver.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	13-11-2024	18:30	01:30	Université Populaire (Salle de réunion), Maison des services publics, 1er étage côté nord 1 avenue Saint-Martin - 26200 MONTEILIMAR