

Shibashi

Fabienne Curty • 079 218 02 94

Offrez-vous un moment d'harmonie, en connexion avec vous-même, un lundi sur deux à 16h30 dans le Bois de Moncor (scène forestière).

Enseignant le Shibashi depuis 10 ans, je souhaite partager cette pratique qui est pour moi source de profond bien-être. J'ai à coeur de réconcilier l'Humain et la Nature. C'est pourquoi je vous propose de pratiquer à l'extérieur, pour suivre le fil des saisons.

Le Shibashi est une suite de 18 mouvements imagés et harmonieux, une pratique issue du Qi-Gong, tout en lenteur et en harmonie, favorisant la concentration, l'apaisement de l'esprit et fluidifiant l'énergie. C'est une méditation en mouvement, qui nous ramène à nos sensations, nous invite à développer notre Présence, à nous-même et aussi à ce qui nous entoure, nous ancrant entre la Terre et le Ciel.

Les 16 et 30.09 • 14 et 28.10 • 11 et 25.11 • 9 et 23.12 • 13 et 27.01 • 10 et 24.02 • 10 et 24.03 • 7 et 21.04 • 12 et 26.05 • 9 et 23.06 et le 7.07 2025.

Participation : 20.00 la séance • Abonnement possible
Merci de vous inscrire par sms

