



Shibashi

Fabienne Curty • 079 218 02 94

Le Shibashi est une méditation en mouvement inspirée du Tai Chi et du Qi-Gong. Une suite de 18 tableaux lents et harmonieux par lesquels l'esprit se calme, le corps se détend et s'assouplit, fluidifiant l'énergie petit à petit. Une pratique qui nous ramène au présent par nos sens. Un ancrage entre Terre et Ciel. C'est une source de profond bien-être et de sérénité.

**Bienvenue 1 lundi sur 2
à la scène forestière du bois
de Moncor à Villars/Glâne.
Le cours a lieu toute l'année
par tous les temps, 17 à 18h.
CHF 18.00 par séance
ou 150.00 pour 10 séances
payable par cash ou Twint**



Les 17 et 31 octobre • 14 et 28 novembre •
12 décembre 2022 • 16 et 30 janvier • 13 et
27 février • 13 et 27 mars • 10 et 24 avril • 8
et 22 mai • 12 et 26 juin 2023...

