

NOUVEAU A JOZERAND



Venez participer à un atelier de Qi Gong

La commune de JOZERAND organise en collaboration avec LE CLIC des ateliers de Qi Gong à la salle d'activités de Jozerand de **14h00 à 15h00** :

Jeudi 2 mai 2024

Jeudi 16 mai 2024

Jeudi 23 mai 2024

Jeudi 30 mai 2024

Jeudi 6 juin 2024

Jeudi 13 juin 2024

Jeudi 20 juin 2024

Jeudi 27 juin 2024

Jeudi 4 juillet 2024

Jeudi 11 juillet 2024

Le Qi Gong est une gymnastique et discipline énergétique par des mouvements lents, des postures permettant de développer la condition physique, favoriser le bien-être, soulager le stress et améliorer ses capacités respiratoires.

Ces ateliers concernent les personnes de plus de 60 ans

La participation est gratuite

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AU 04 73 33 17 64 (nombre de places limitées)

En cas d'annulation de participation, veuillez prévenir le numéro ci-dessus.

N'attendez pas mai pour vous inscrire !



Commission Actions Sociales – Mairie Jozerand -