

Si vous avez 60 ans ou plus,  
l'Université populaire de la Dore  
vous propose des ateliers gratuits  
en partenariat avec la CdF63

**mars à novembre  
2023**

# **Atelier Qi Gong** **à St. Germain l'Herm**

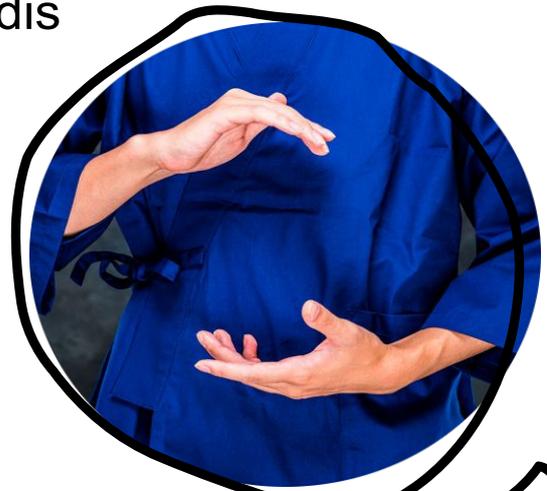
**Le Qi Gong est un art de l'harmonie,  
sa pratique aide à la recherche d'un équilibre  
entre le corps, la respiration et le mental.**

**1ère séance** \_\_\_\_\_

le 29 mars 2023, 14h30-16h00

**Durée et jour** \_\_\_\_\_

27 séances de 1h30, les mercredis



à St. Germain l'Herm  
Salle des Ado's, à la médiathèque  
Attention places limitées

**avec le soutien de**

**Pour vous inscrire ou informer à l'UNIPOP  
par mail [universite-populaire-dore@orange.fr](mailto:universite-populaire-dore@orange.fr)  
ou par téléphone les mardis 0473820986**



la mairie de St-Germain-l'Herm