

Publié sur Château-Thierry (https://www.chateau-thierry.fr)

Accueil > Séances de Qi Gong - À destination des plus de 60 ans



Lundi 12 Janvier 2026 - 15:30

Lundi 9 février 2026 - 15:30

Lundi 16 février 2026 - 15:30

Lundi 23 février 2026 - 15:30

Lundi 2 Mars 2026 - 15:30

Lundi 9 Mars 2026 - 15:30

Lundi 16 Mars 2026 - 15:30

Lundi 19 Janvier 2026 - 15:30 Lundi 26 Janvier 2026 - 15:30 Lundi 2 février 2026 - 15:30

L'ADMR de Château-Thierry propose des séances gratuites de Qi Gong, animées par un instructeur qualifié, à la salle de l'adothèque située 2 place des États-Unis. Ces séances permettent de travailler la souplesse, de renforcer les articulations et d'améliorer le bien-être au quotidien grâce à des exercices doux et accessibles.

Les ateliers ont lieu les lundis après-midi, de 15h30 à 16h30, entre janvier et mars 2026. L'inscription est obligatoire par téléphone ou par mail.

Renseignements et inscriptions: 03 23 82 68 63 admr.chateau-thierry@fede02.admr.org

Emplacement:

02400 Château-Thierry

Repères :

Gratuit, sur réservation

Places limitées

Contact: