

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

[Accueil](#) > Séances de Qi Gong - À destination des plus de 60 ans



Repères :

Gratuit, sur réservation

Places limitées

Contact :

Lundi 12 Janvier 2026 - 15:30
 Lundi 19 Janvier 2026 - 15:30
 Lundi 26 Janvier 2026 - 15:30
 Lundi 2 février 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

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@fedeo2.admr.org

Emplacement :
 02400 Château-Thierry