

Association Spondyl'Act - «Le Bonheur selon TAO»

Tél: 06 50 04 30 12

BIEN-ÊTRE

## Le Bonheur selon TAO

Les cours sont dispensés par :

Yann , Animateur  
en arts énergétiques chinois.

En savoir plus :

[www.spondylact.wix.com/le-bonheur-selon-tao](http://www.spondylact.wix.com/le-bonheur-selon-tao)

[lebonheurselontao@hotmail.fr](mailto:lebonheurselontao@hotmail.fr)

Tél: 06 50 04 30 12

Nous suivre :



Association Loi 1901 à but non lucratif qui  
Aide et Agit contre les Spondyloarthropathies



“ Prends soin de ton corps  
pour que ton âme  
ait envie d'y rester”



# Qi Gong

*Une Gymnastique Douce de Santé Chinoise*

Des exercices et des postures qui utilisent  
les mouvements du corps, la respiration, le souffle et  
la concentration



adapté à  
TOUS

Cours

Collectifs & Individuels

Chacun pratique selon ses propres possibilités physiques et indépendamment  
de son âge, sans aucun esprit de compétition ou de comparaison.

Association Spondyl'act «Le bonheur selon TAO»

Tél: 06 50 04 30 12 - [www.lebonheurselontao.fr](http://www.lebonheurselontao.fr)

TATINGHEM - Maison des Associations

Lundi 18h30-19h30 & Samedi 10h-11h

Dates de démarrage : Le Lundi 9 Mars et Le Samedi 14 Mars



Association agréée Régionale de l'Éducation Populaire  
Association partenaire de la C.A.F. (Club des LOISIRS JEUNES)