

Le CLIC Riom Limagne Combrailles et ses partenaires proposent **de nouveaux ateliers Qi Gong de 3 séances**.

Dans ce cadre, vous découvrirez une gymnastique et discipline énergétique, par des mouvements lents, des postures et méditations, permettant de développer la condition physique, favoriser le bien-être, soulager le stress et améliorer ses capacités respiratoires.

<b>Montpensier</b>	Lundi 06/11/2023	Salle polyvalente	14h00-15h30
	Lundi 13/11/2023		
	Lundi 20/11/2023		
<b>Thuret</b>	Lundi 06/11/2023	Mairie, salle Les Grisons	10h00-11h30
	Lundi 13/11/2023		
	Lundi 20/11/2023		

**Inscription obligatoire pour l'ensemble des 3 séances d'un même cycle auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

Cette action est financée par la Conférence Départementale des Financeurs que nous remercions.

**Anne GARRY**

Responsable Coordonnatrice

Association Réseau Seniors

CLIC Riom Limagne Combrailles

Ligne directe : 04 73 97 00 73 ; 06 27 96 40 88 - STANDARD : 04 73 33 17 64

[www.clic-riom.fr](http://www.clic-riom.fr)

Rejoignez-nous sur notre Facebook