

EMILIE AUGAY

QI GONG POUR LES ENFANTS



MENTAL

Apprendre à canaliser l'énergie, drainer les émotions, développer la concentration, la confiance en soi, contrôler la nervosité, et la timidité

QI GONG

QI en chinois signifie « énergie » ou « souffle »

Gong « travail » ou « pratique »



PHYSIQUE

Relaxation des muscles, trouble de la digestion, dorsalgie, strabisme, énurésie, constipation