



Atelier Arts martiaux et Médecine

Avec Sophie Mougenot et Chantal Vulliez de Solidarité Homéopathe de LYON

Manifestation organisée par le Grand Lyon

Samedi 5 juillet 2015 – Parc de la tête d'or

Quand médecine, homéopathie et arts martiaux se rencontrent...

Nous avons pratiqués des gestes en adéquation avec une pensée juste et avec la respiration adaptée.

Sous les arbres, sous 40°, près du lac tous âges 4 ans à + 70 ans.....



C'était une occasion pour beaucoup de personnes de pouvoir découvrir les arts martiaux en toute confiance, ce que certains n'auraient pas osé imaginer.

Les explications médicales ont montré l'importance du mouvement allié à la respiration.

Le bienfait de ces mouvements sont étonnants.

Les personnes sont reparties avec plus de confiance en soi et dans l'autre....

Chantal, on recommence ??? comme chaque année ?????