

# ATELIERS DÉCOUVERTES SANTÉ et BIEN ÊTRE ÉTÉ 2020

**GRATUIT**  
*Ouvert à tous !*

L'association « Kung Fu Wushu Montacutain »  
avec le soutien de la ville de Montaigu vous propose le  
programme suivant :

|         |                |               |  |                        |
|---------|----------------|---------------|--|------------------------|
| 05-août | 10h00<br>11h00 | MONTAIGU      | Travail postural, renforcement musculaire/stretching | Parc Henri Joyau       |
| 14-août | 10h00<br>11h00 | LA GUYONNIERE | Bâton long   | Lac de la Chausselière |
| 17-août | 9h00<br>10h00  | SAINT GEORGES | Qi Gong/Tai Chi Chuan                                | Maison de la Rivière   |
| 26-août | 9h00<br>10h00  | MONTAIGU      | Méditation, relaxation, respiration                  | Parc des Remparts      |

Participation GRATUITE sur inscription

Via l'office du tourisme de MONTAIGU

En appelant le 02-51-06-39-17

Venez également découvrir sur MONTAIGU

«ATELIERS RESPIR' ZEN» animés  
par Bruno EVOLA éducateur sportif et professeur  
d'Arts Martiaux et de Qi Gong tél: 06-23-61-89-39

Plus d'infos sur [www.kungfu-montaigu.com](http://www.kungfu-montaigu.com)

