



Comité Social & Economique
MAN Energy Solutions

Le 12 septembre 2022

Comité Social et Économique de MAN Energy Solutions

Commission Culture - Bibliothèque

Le président de la commission Bibliothèque : Stéphane BARANGER
Les membres : Emmanuelle LIMARE, Pierre TEXIER, Raphaël TRINQUART et Stéphane VIVIEN.

Le Qi Gong revient, venez donc vous changez les idées !



Les ateliers de Qi Gong animés par Jacques Da Silva reprendront à la bibliothèque **à partir du lundi 19 septembre (de 12h15 à 13h15)**, à raison d'une séance tous les 15 jours.

Pour rappel, le Qi Gong est une gymnastique traditionnelle chinoise et une science de la respiration fondée sur la connaissance et la maîtrise du souffle et qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.

C'est un moment au calme pour prendre soin de soi, n'hésitez pas...

La Commission Culture et Bibliothèque