

## Qi gong

Le qi gong, qigong, chi gong ou chi kung est une gymnastique traditionnelle chinoise et une science de la respiration qui est fondée sur la connaissance et la maîtrise du souffle et qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration. Le terme signifie littéralement « réalisation ou accomplissement (gong) relatif au qi », ou « maîtrise du souffle ».



### Association des Arts martiaux de Yang Taiji du Val de Marne (AAMYTVM)

3, rue Saint Germain

**Renseignements :**

Jean-Paul GUERVIN : 06 08 71 62 90

[aamytvm@gmail.com](mailto:aamytvm@gmail.com)

<http://aamyt94.wordpress.com> ↗

A partir de 15 ans

**Lieu :**

Maison du citoyen et de la vie associative



### Club S.S.G.V.

40 bis, rue de Rosny

**Renseignements :**

Danièle Bertschin : 01 48 75 25 20 (permanence le mardi et le jeudi de 10h à 12h)

06 13 55 70 46

[S.S.G.V@wanadoo.fr](mailto:S.S.G.V@wanadoo.fr)

[ssgv-fontenaysousbois.asso-web.com](http://ssgv-fontenaysousbois.asso-web.com) ↗

A partir de 18 ans

**Lieu :**

Gymnases Salvador-Allende

Léo-Lagrange

Dojo Delaune

Salles Jean-Lillier  
Salvador-Allende  
Stade André-Laurent

**HÔTEL DE VILLE DE FONTENAY-SOUS-BOIS**

Esplanade Louis Bayeurte  
94125 Fontenay-sous-Bois

 **01 49 74 74 74**