

Témoignage Qi Gong, classes de Seconde
Fondation Madeleine Daniélou le 17 février 2012

« J'ai trouvé cela très intéressant de découvrir un Art Nouveau est passionnant. J'ai trouvé cela plus fatiguant que prévu et en même temps, c'est reposant. » Amélie.

« Ressource en relaxant. » Patricia

« C'est reposant mais cela ne m'a pas fait du bien plutôt pas très agréable. » Éloïse

« Cela ne m'a rien fait, je n'arrivai pas être concentrée. » Belaïd

« Vous êtes un professeur très discipliné, mais j'ai eu beaucoup de mal à ressentir des choses.» Valentine.

« Ça m'a procuré un coup de sommeil et des fous rires. Bien dans l'ensemble. » Inès

« Je n'ai pas ressenti grand-chose mais tout de même de la tranquillité. » Isadora

« Calme, tranquillité, ennui. » Béa

« Une grande relaxation, beaucoup de détente, un stress évacué. » Naomie

« Je suis détendue, je prends conscience de moi, je prends confiance. » Marie-Liesse.

« Se relaxer, mais j'ai encore un peu mal au talon, merci ! Marie A.

« Merci beaucoup, j'ai beaucoup aimé, j'ai pu prendre conscience de toutes les parties de mon corps. » Marie

« J'ai ressenti de la fatigue à la fin mais je suis bien détendue. » Galleville

« Soulagement jusqu'à l'endormissement. » Adèle

« Reposant en posture assise mais moins bien debout car mouvement trop long trop lent. Un grand merci. » Clarisse

« Calme et sérénité, clarté, j'ai ressenti le Chi. » Amélie

« J'ai ressenti le Chi. » Marie

« J'ai ressentie le Chi ! » Camille

« J'ai ressenti de la relaxation, j'ai bien ressenti le ballon, merci beaucoup Madame. » Dominique

« J'ai l'impression de venir de me réveiller et d'avoir retrouvé toute mon énergie et mon calme. Merci ! » Camille

« Relaxant mais un peu fatiguant. » Anne-Line

« Merci pour ce moment de détente qui m'a permis vraiment de me détendre. » Nathanaëlle

« Endormissement, fatigue, énervement. » Jeanne

« J'ai beaucoup aimé, cela m'a permis de me détendre en ayant conscience de mon corps. » Pascaline

« C'était très bien, j'ai beaucoup aimé. » Julie.

« Repérer son corps, décontractant, impression de détente. Très agréable. Merci ! » Marie V.

Relaxant, agréable, 1h30 très calme et reposante. » Marie B.

« J'ai ressenti le Chi. » Éléonore

« J'ai aimé le massage des pieds. C'était relaxant et profond. Merci beaucoup. » Océane.

Cours très agréable et reposant, j'ai adoré. Je me suis bien calmée et reposée c'était un agréable moment. » Louise

« J'ai ressenti le tuyau entre mes mains » Madeleine

« Calme surprenant, Kit Hora

« Détente, fatigue, absorption. Je me suis détendue. » Clarisse

« Le Chi Kong m'a ouvert les yeux sur quelque chose que j'avais toujours ressenti mais que je n'avais jamais compris. » La Grande