Témoignages des enfants au sujet de la pratique du Qi Gong en milieu périscolaire

LA-GARENNE-COLOMBES Printemps 2025 pour L'Association TERRE HAPPY

Guillaume 6 ans CP CM2

« J'ai tout apprécié ainsi que le repos. »

Peter 7 ans et demi CPCM 2

« J'ai apprécié tout le travail et beaucoup de repos. »

Romain 6 ans CP4

« J'ai tout aimé sauf les exercices des mains j'ai bien aimé le repos aussi. . »

Anaïs 6 ans et demi CP CM 2

« J'ai aimé l'exercice de longue vie, j'ai aimé les exercices pour le bassin

Quand je pratique j'ai un peu mal aux genoux. »

Khalid 6 ans et demi CP CM2

« J'ai aimé apprendre à projeter du Chili, j'ai aimé faire le ballon, j'ai aimé les exercices des genoux et des mains ainsi que celui de la longue vie. »

Raphaël 6 ans et demi CP CM2

« J'ai bien aimé pratiquer l'exercice de longue vie l'exercice des mains et l'exercice des genoux ainsi que le repos. »

Leyden 8 ans CE1B

« J'aime ressentir l'énergie vitale et j'ai beaucoup aimé l'exercice numéro 10. »

Thelma 8 ans CE1B

« Pareil que Leyden avec en plus, le repos. »

Edeyn 7 ans et demi CE1B

« J'ai bien aimé ressentir l'énergie vitale bouger dans mon corps, ça me donne chaud aux pieds. »

Gabin 7 ans et demi CE1 A

« J'aime ressentir l'énergie vitale, j'aime faire les mouvements avec les gueules du tigre, j'aime les exercices de rotation, je n'ai pas apprécié l'automassage des mains dans les petites fourches. Je sens l'énergie circuler dans la totalité de mon corps. J'aime le protocole de fermeture. »

Naïl 7 ans et demi CE1

« J'aime ressentir la circulation de l'énergie les exercices des mains me font un peu mal j'aime aussi le numéro 10 et beaucoup le repos. »

Thibault 7 ans et demi CE1 B

« Pareil que Naïl. »

Sacha CE1B

« J'aime tout mais j'aime pas trop tapoter les fourches. »

Amber 7 ans et demi CE1B

« J'aime ouvrir la gueule du tigre. »

Mélanie 8 ans et demi CE1B

« Pareil que Amber. »

John 8 ans CE1B

« J'adore le repos l'auto massage des mains et les gueules du tigre ainsi que le numéro 10

Baptiste 8 ans CE1B

« Moi j'aime bien faire les gueules du tigre j'aime bien les automassages des mains

J'aime pas l'exercice numéro 10

J'aime beaucoup le repos et voilà. »