

# EXERCICES TAOÏSTES DE BIEN-ÊTRE

Chi Kung et Tao Yin



Gagnez force et souplesse

Transformez le stress en  
vitalité !



[www.benj-beaute-et-tao.com](http://www.benj-beaute-et-tao.com)

06 72 82 51 81

[benj.tao@beaute-et-tao.com](mailto:benj.tao@beaute-et-tao.com)

à Clohars-Carnoët

Femmes :



connaissez votre corps

Tai chi et Tao Yin



Arts de longévité

Automassage



bien-être