

► *Le corps conscient*

Le Qi Gong : une façon de vivre

Le Qi Gong, cette médecine traditionnelle chinoise, est en vogue un peu partout en France. Bruno Blas en a créé une entreprise : Le corps conscient.

Avec trente ans de pratique à son actif, Bruno Blas sait de quoi il parle quand il évoque les arts martiaux et la médecine traditionnelle chinoise. Fort de cette expérience, il décide, il y a deux ans de créer sa petite entreprise, *Le corps conscient*, à Migné-Auxances. Détenteur du diplôme fédéral de Qi Gong (Qi pour énergie et Gong pour travail), il y propose ateliers, cours et autres stages pour qui veut retrouver un peu de sérénité. «*Au départ, les personnes viennent surtout chercher une façon de se détresser*», explique Bruno Blas. «*Et puis, pour ceux qui se prennent vraiment au jeu, c'est un véritable changement dans la façon de vivre : on dort mieux, on se sent mieux dans son corps.*» Autre activité de l'entreprise : des soins de détente, de bien-être ou de relaxation auxquels peut s'ajouter un accompagnement holistique. «*C'est un peu comme une thérapie qui prend en compte toutes les dimensions de la personne. Je les aide à mieux comprendre ce qui se passe dans leur vie, à harmoniser leurs relations avec eux-mêmes ou avec les autres...*»



L'entreprise *Le corps conscient* propose des cours de Qi Gong et des soins de détente.

En septembre prochain, *Le corps conscient* déménagera à quelques centaines de mètres de son implantation actuelle, dans la zone artisanale Actiparc 2, toujours à Migné-Auxances. Bruno Blas a décidé de construire un local à lui, plus au calme, plus grand, avec des possibilités de stationnement pour développer son activité. «*Le Qi Gong est en pleine explosion. Je mise sur cette installation pour accroître mon potentiel d'accueil.*» Même s'il assure que la qualité primera toujours sur la quantité. «*Je ne dépasserai pas les 20 personnes par cours. La qualité des prestations et de l'accueil restera au cœur de mes priorités.*» La nouvelle salle pourra également être louée par des intervenants de Qi Gong, Yoga, Taï Chi ou pourquoi pas arts martiaux. Tout pour se détendre et se ressourcer.

C. B.

lecorpsconscient.com

Tarifs : 1 cours hebdomadaire : 200 €/an ;

2 cours hebdomadaires : 340 €/an