



INFORMATIONS



M2A Le fil de soie



Début le mercredi 04 octobre 2023



DURÉE : 01:00

Prix : **119.00 €**

PROFILS : Professeur de tai chi et qi gong

PRE REQUIS :

Discipline douce qui s'adresse à tous les âges.

Certificat médical de non contre-indication obligatoire à remettre à l'intervenant.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 8MU292

DESCRIPTION

Le tai ji quan est un art martial doux s'adressant à tous.

Il évoque un ballet harmonieux, avec des gestes lents et déliés. Chaque pratiquant exécute des mouvements face à un adversaire imaginaire.



OBJECTIFS

Apprendre à connaître son corps, améliorer sa tonicité.
Rechercher l'équilibre et l'harmonie.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	04-10-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	11-10-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	18-10-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	08-11-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	15-11-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	22-11-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	29-11-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	06-12-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	13-12-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	20-12-2023	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	10-01-2024	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	17-01-2024	10:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE