

Taiji éventail et Taijiquan

Les samedis de 11h30/12h30

En complément des séances de Qi-Gong du samedi 9h30/10h30, l'association Sports et loisirs vous propose de pratiquer l'éventail du Taiji et le Taijiquan style Chen de 11h30 à 12h30.

Il s'agit de la pratique des arts énergétiques chinois avec un éventail chinois et la découverte de Taijiquan style Chen.

Le Taijiquan se classe dans les boxes chinoises du système dit « interne ». Ce qui caractérise la gestuelle et l'esprit du Taijiquan, c'est le déroulement et la succession des mouvements selon un rythme constant et ininterrompu.

Inscription annuelle pour l'ensemble des séances, places limitées.

Dates prévues :

**2020 : 19/09 ;26/09 ;03/10 ; 10/10 ;17/10 ; 07/11 ; 14 /11 ;
21/11 ;28/11 ;05/12 ; 12/12 ; 19/12**

**2021 : 09/01 ; 16/01 ; 23/01 ; 30/01 ; 06/02 ; 13/02 ; 06/03 ;13/03 ;
20/03 ;27/03 ; 03/04 ;10/04 ; 17/04 ; 29/05 ; 05/06 ;12/06 ;19/06**

