

Cours de TAI CHI

Séance Tai Chi Chuan
Valmontois

dimanche 1er décembre à 9h

L'association « La Voie du Tao :
école de Tai Chi Chuan à Paris, 7ème »
(<https://taichiyang.org/>)

propose un cours de Tai Chi Chuan
le dimanche 1er décembre de 9 à 12h
dans la salle Honoré Daumier.

Ce cours est ouvert aux habitants de Valmontois et proches.

L'intervenant est Guy Launer, il habite La Naze.

Il adapte le contenu à tous les participants :
grand débutant ou pratiquant assidu,
tout le monde est le bienvenu.

Les 3 heures passent très vite, même pour les débutants.
Nous allons respirer, écouter, sentir,
en profitant du calme d'un dimanche matin
pour nous ancrer et nous mettre à l'unisson avec l'automne.
N'hésitez pas à venir accompagné.

La participation est libre.

Pour toute info complémentaire,
appelez Guy au 06.95.48.85.94.