

SAISON 2022-2023

Développer sa souplesse, sa tonicité, sa coordination, son équilibre, sa capacité respiratoire et sa concentration.

TAICHI CHUAN style Yangjia Michuan

Cours pour adultes en intérieur à La Chapelle-Bouëxic les mercredis de 18H45 à 19H45 à partir du 14 septembre

TAIJI BÂTON

*Cours pour adultes en intérieur à La Chapelle-Bouëxic. 10 rendez-vous proposés les mercredis de 20H00 à 21H00
Les 28/09 - 19/10 - 09 et 30/11 - 04/01 - 08/02 - 08/03 - 12/04 - 03/05 - 14/06*

QIGONG style Ziran

*Cours pour adultes à Bovel, 2 samedis par mois à partir du 17 septembre en extérieur sous préau de 10H30 à 12H00
Les 17/09 - 24/09 - 15/10 - 22/10 - 19/11 - 26/11 - 03/12 - 17/12 - 07/01 - 21/01 - 04/02 - 11/02 -
04/03 - 18/03 - 08/04 - 15/04 - 06/05 - 13/05 - 10/06 - 17/06*

MÉDITATION

*5 rendez-vous dans l'année en intérieur à La Chapelle-Bouëxic le mercredi de 20H00 à 21H00
Les 12/10 - 7/12 - 01/02 - 05/04 - 07/06*

TAI CHI CHUAN ET BÂTON stageS pour enfants de 8 à 12 ans

*Les 20 et 21 décembre, 13 et 14 février, 17 et 18 avril de 15H à 17H (1er jour) et 10h30 à 12h30 (2ème jour)
pendant les vacances scolaires.*



Enseignante : Sybille Gauchard Titulaire d'un Certificat de Qualification Professionnel ainsi que du 3ème Duan AMCI (Art Martiaux Chinois Interne) diplômée par la FFAEMC (Fédération Française des Arts Energétiques et Martiaux Chinois).

1 cours d'essai offert. Inscription possible toute l'année. Des ateliers et stages sont proposés (infos sur le site)

Association "SPIRALE" - 35330 La chapelle Bouëxic déclarée en préfecture de Redon le 27/07/2020 sous le N°W352005841

