

PROGRAMME

De l'interne à l'externe de la martialité à la santé

Avec :

THIERRY ALIBERT - 7ÈME DAN

Dimanche 11 octobre
de **9h30 à 12h30**

Lieu : Salle de la Fontaine
1 chemin du stade
44160 BESNÉ

Tarif : 10€ pour les licenciés FFK
30€ pour les non licenciés FFK

Inscription et règlement sur place (chèque ou espèce)

La voie du Tai Chi Chuan :

Pour continuer à progresser en avançant dans l'âge, pour pratiquer vers toujours plus de conscience corporelle profonde, dans la douceur et l'intériorité. Utiliser la respiration et le relâchement, afin de diminuer les traumatismes physiques, de supprimer les tensions inutiles, de rester stable sans rigidité...

Le Tai Chi Chuan est un art universel **pour réunir tous les pratiquants d'arts martiaux.**



ORGANISÉ PAR : LA LIGUE PAYS DE LA LOIRE

CONTACT :

Claude PEAU : 07 81 90 84 13
claude.peau@orange.fr

