

TAÏ CHI CHUAN A SILTZHEIM

A partir du 4 septembre, nous vous proposons :

Tai Chi Chuan

C'est un art martial doux combinant un peu de gymnastique, de danse et de Yoga. Cette pratique est destinée à tous et est dirigée par une animatrice diplômée.

Le Tai Chi Chuan développe l'énergie, la détente, la concentration et permet de vaincre la nervosité et le stress.

Venez nombreux les mercredis de 20h à 21h30
A partir du 4 septembre à la salle Krayanoff (près du stade).

Renseignements sur place aux heures d'entraînement,
au 06 78 11 61 08 ou taichi.siltzheim@gmail.com

**Le samedi 28 septembre 2019, de 9h30 à 11h, aura lieu un stage découverte du Tai Chi sous la houlette de Barbara Delaere : Championne de France de Tai Chi et
Gérald Baegert, Maître des Arts Martiaux**

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique

TAÏ CHI CHUAN A SILTZHEIM

A partir du 4 septembre, nous vous proposons :

Tai Chi Chuan

C'est un art martial doux combinant un peu de gymnastique, de danse et de Yoga. Cette pratique est destinée à tous et est dirigée par une animatrice diplômée.

Le Tai Chi Chuan développe l'énergie, la détente, la concentration et permet de vaincre la nervosité et le stress.

Venez nombreux les mercredis de 20h à 21h30
A partir du 4 septembre à la salle Krayanoff (près du stade).

Renseignements sur place aux heures d'entraînement,
au 06 78 11 61 08 ou taichi.siltzheim@gmail.com

**Le samedi 28 septembre 2019, de 9h30 à 11h, aura lieu un stage découverte du Tai Chi sous la houlette de Barbara Delaere : Championne de France de Tai Chi et
Gérald Baegert, Maître des Arts Martiaux**

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique