



Etude, pratique, enseignement du Tai Chi Chuan selon le style Yang

Le Tai Chi Chuan est un exercice du corps et de l'esprit, enraciné dans les traditions asiatiques que sont les arts martiaux, la médecine traditionnelle chinoise et la philosophie. Sa pratique comprend des mouvements lents, intentionnellement exécutés avec une précision graduelle des postures doublées de techniques respiratoires et cognitives.

Manifestations de l'année

séance hebdomadaire à Rully :
le mercredi de 18h à 20h cours (à partir de la 3^{ème} année de pratique)
salle des fêtes de Rully, place de la mairie

pour les cours débutants, autres cours en semaine et stages, bien vouloir consulter le site de l'association :
www.taichi-chagny.fr

Contact
06 88 94 16 24 ou
taichichuan-chagny@orange.fr

Site internet
www.taichi-chagny.fr