

TAI CHI CHUAN



2 ateliers :

Samedi 31 mars

Samedi 21 avril

Lors de ces ateliers réservés aux personnes ayant déjà une expérience en TAI CHI CHUAN, plusieurs thèmes seront développés :

- Approfondissement de la forme 103
- Apprentissage de la forme 22 de maitre Yang JUN
- TUI SHOU : poussées des mains
- Épée ou sabre
- Les 10 principes du Tai Chi Chuan
-

Animé par : Jean Yves FORAY, enseignant diplômé
Lieu : Maison Françoise Giroud
Rue du Neuf Bourg - Cherbourg Octeville
Horaire : 14h00 - 17h00
Tarif : 22€ l'atelier

Renseignements et inscription :

contact@spirale-asso.org - 06.67.75.03.04