

pratiquez l'harmonie
Qi Gong - Tai Chi Chuan

Pratiques Estivales 2026

Séances gratuites
avec les enseignants de l'association SPIRALE

- **Mercredi 22 juillet** de 11h15 à 12h15 - parc E. Liais : **QI GONG** avec Amélie
- **Mardi 4 août** de 18h00 à 19h00 - manoir de la Coquerie : **TAI CHI CHUAN** avec Patrick
- **Mercredi 12 août** de 11h15 à 12h15 - parc E. Liais : **QI GONG** avec Amélie
- **Mercredi 12 août** de 12H30 à 13H30 - parc E. Liais : **TAI CHI CHUAN** avec Pascale
- **Mardi 18 août** de 18h00 à 19h00 - manoir de la Coquerie : **TAI CHI CHUAN** avec Patrick
- **Mercredi 19 août** de 11h15 à 12h15 - parc E. Liais : **QI GONG** avec Amélie
- **Mercredi 19 août** de 12H30 à 13H30 - parc E. Liais : **TAI CHI CHUAN** avec Pascale
- **Mercredi 26 août** de 11h15 à 12h15 - parc E. Liais : **QI GONG** avec Amélie
- **Mercredi 26 août** de 12H30 à 13H30 - parc E. Liais : **TAI CHI CHUAN** avec Pascale
- **Mardi 01 septembre** de 18h00 à 19h00 - manoir de la Coquerie : **TAI CHI CHUAN** avec Patrick

Inscription auprès de l'enseignant pour chaque cours

Amélie : 06 63 85 10 81 - Patrick : 06 08 70 79 81 - Pascale : 06 38 39 71 06

Renseignements : contact@spirale-asso.org - 06 67 75 03 04