

Association LE JADE BLANC
affiliée à la Faemec

Tai Chi Chuan

Style Yang École Tung

Maria Eriksson

professeur diplômé
CQP de la FAEMC
3ème Duan

RDC de la Mairie de GERDE

16, rue de la République

Le Lundi de 10h à 11h30

hors vacances scolaires

Contact : 06 69 91 17 48

taichi.lejadeblanc@gmail.com

Les 2 premiers cours sont gratuits
Venir avec des vêtements amples
(ni shorts ni débardeurs)
et des chaussures plates pour l'intérieur.

Le Tai Chi Chuan

est un Art Martial

Chinois Millénaire basé
sur un enchaînement
de mouvements
exécutés assez
lentement. Les

bienfaits pour
l'esprit et le

corps ont été
reconnus par
l'académie de
médecine en 2015. Le

Tai Chi Chuan agit sur
la mémoire,
l'équilibre, le
stress, l'énergie

, etc. Dans nos cours
nous travaillerons
l'enchaînement lent,
les applications
martialles douces et le
travail à deux, Tui
Shou.