




## INFORMATIONS

 not found or type unknown  
**MULHOUSE** Choregrafia  
(Salle 1er étage)

 not found or type unknown  
Début le jeudi 04 février 2021

 not found or type unknown  
DURÉE : 01:30

PROFILS : animateur

PRE REQUIS :

Discipline accessible à tout âge.

MATERIEL :

Prévoir: vêtements souples, chaussures légères

CODE ACTIVITÉ : 5MU650

Prix : **123.00 €**

## DESCRIPTION

Le Tai Chi Chuan est une discipline pratiquée depuis des siècles en Chine. Martiale, cette gym énergétique douce est, selon les médecins chinois, gage de santé et de longévité.

Gestuelle énergétique, associant mouvements lents et respiration, permettant l'harmonie du corps et de l'esprit.



## OBJECTIFS

Ces cours vous permettront de :

- Apaiser les tensions
- Améliorer souplesse, équilibre et souffle
- Avoir une meilleure maîtrise de soi

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	04-02-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	11-02-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	18-02-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	11-03-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	18-03-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	25-03-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	01-04-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	08-04-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	15-04-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	22-04-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	20-05-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE
Jeudi	27-05-2021	18:30	01:30	Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE