

ASSOCIATION PROVILLOISE DE TAIJI QUAN ET QI GONG



Contact :
Frédéric LANSIAUX
06 12 29 40 84
provilloisedetaijiquanetqigong@
gmail.com

Modalités d'inscription :
certificat médical

Professeur :
Frédéric Lansiaux
moniteur diplômé de la
Fédération Française de
Wushu

Vous êtes stressé(e), vous avez envie de vous recentrer, de vous ressourcer, d'apprendre à vous défendre sans utiliser de violence. Dès lors, le taijiquan et le qi gong peuvent vous être profitables. Ces arts énergétiques et martiaux traditionnels chinois s'adressent à tous. Pratiqués en Chine depuis des générations, ils permettent de se défendre, de conserver la santé et la sérénité à travers la répétition de gestes lents et fluides et la maîtrise de la respiration. Notre association participe aux compétitions régionales et nationales.

Équipement nécessaire : chaussures souples de salle - tenue souple.

Jours	Horaires	Catégories	Lieu	Cotisation
jeudi	18h - 20h45	adultes	La Rose des Vents	Individuel : 143 € à l'année licence comprise Couple : 247 € à l'année licences comprises Étudiants ou personnes aux revenus modestes : 117 € (sur présentation de justificatif)

SPORT