TAI CHI CHUAN | proposé par | Maître David DU

☯ Tai Chi et Chi Gong

☯ Conférencier

☯ Professeur de chinois

Art martial millénaire chinois et art de bien-être

le tai chi chuan est fondé sur la théorie

du Yin et du Yang, issue du taoïsme.

Les chinois considèrent que le monde est composé

de deux souffles : Yin et Yang

Le tai chi, c'est la recherche de l'équilibre

de ces deux énergies Yin et Yang.

Le tai chi chuan est devenu, dans le monde entier,

un sport populaire, de plus en plus reconnu,

en tant qu'art corporel bénéfique

à la santé.

C'est un excellent anti-stress, il participe

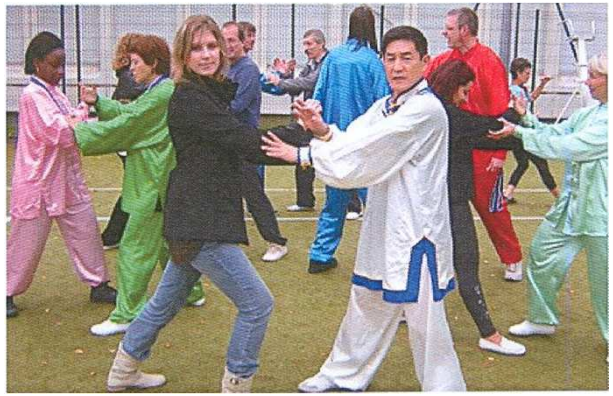
à la prévention des problèmes cardiaques,

respiratoires, des maux de dos, il est bénéfique

pour le travail de la mémoire.

"Méditation en mouvements", il favorise

l'harmonie du corps et de l'esprit..



20 ans de pratique

12 ans d'enseignement en France

6 ème dan fédération de wushu de Chine

5 ème dan fédération française de karaté

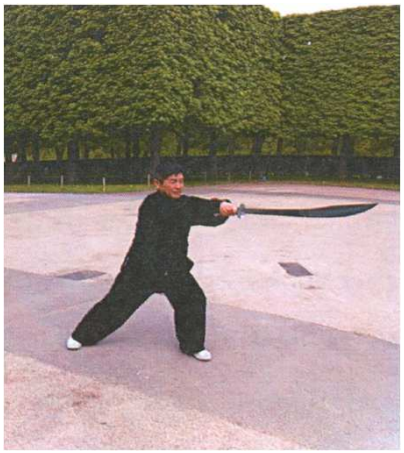
Diplôme CQP

fédération de karaté et disciplines associées

TOUS LES MARDIS DE 17H30 à 19H00

GYMNASE Lucien DIMET
58, avenue LAPLACE
94110 ARCUEIL

Tarif : 210 € et adhésion comprise



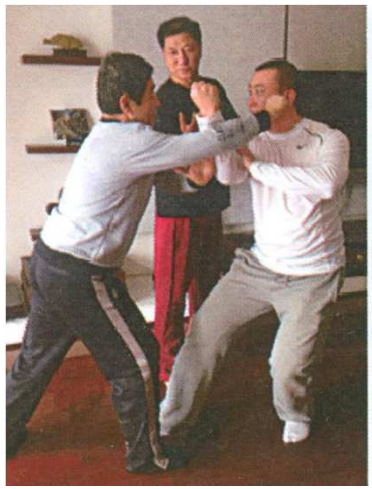
Tout le monde peut pratiquer ce sport,

sans limite d'âge

et chacun y trouve son intérêt.

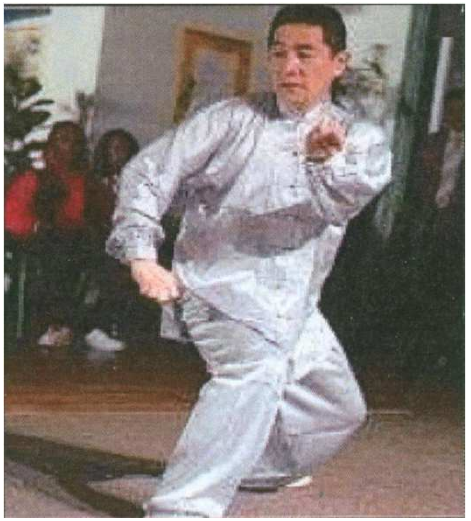
On peut pratiquer le tai chi

en individuel ou en collectif.



TAI CHI CHUAN

ART ANCESTRAL CHINOIS



ASSOCIATION DU QUARTIER DE LA GARE

ARCUEIL

http://aqg.arcueil.free.fr
mail : aqg2005@wanadoo.fr
Laurence : laurence.moita@orange.fr
Tél : 01.45.46.03.86
Tél Laurence : 06.15.69.10.62
David DU : dudu2003@yahoo.fr