

## INFORMATIONS



MULHOUSE Choregrafica

(Salle 1er étage)



Début le jeudi 26 septembre 2019



DURÉE : 01:30

Prix : **123.00 €**

PROFILS :

PRE REQUIS :

Discipline accessible à tout âge.

Prévoir: vêtements souples, chaussures légères

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4MU454

## 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

Apaise les tensions  
Améliore souplesse, équilibre et souffle  
Permet une meilleure maîtrise de soi

## SÉANCES

| Jour     | Date       | Horaire | Durée | Lieu                                               |
|----------|------------|---------|-------|----------------------------------------------------|
| Jeudi    | 26-09-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 03-10-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 10-10-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 17-10-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 07-11-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 21-11-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 28-11-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 05-12-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 12-12-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 19-12-2019 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Jeudi    | 09-01-2020 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |
| Mercredi | 15-01-2020 | 18:30   | 01:30 | Choregrafica, 21, rue de la Sinne - 68100 MULHOUSE |