



## INFORMATIONS



MULHOUSE Le fil de soie

(Gymnase)



Début le mercredi 09 octobre 2019



DURÉE : 01:00

PROFILS : Prof de tai chi et qi gong

PRE REQUIS :

Discipline douce qui s'adresse à tous les ages.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4MU383

Prix : **93.00 €**

## DESCRIPTION

Tai Ji épée

Le but de Tai Ji épée n'est pas de se battre avec une arme, mais bien d'apprendre à utiliser son centre de gravité pour écouter et ressentir son corps, dans son intégralité, bouger avec elle. Une forme de Tai Ji épée en solo et à deux sera proposée par le biais de jeux de combat libre permettant de développer des savoirs faire interactifs.



## OBJECTIFS

L'objectif est d'apprendre à bouger avec une épée comme un prolongement d'une partie de notre corps.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	09-10-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	16-10-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	06-11-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	13-11-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	20-11-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	27-11-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	04-12-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	11-12-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	18-12-2019	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	08-01-2020	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	15-01-2020	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE
Mercredi	22-01-2020	19:30	01:00	Le fil de soie, 48, rue Franklin - 68200 MULHOUSE