

TAÏ CHI CHUAN



A partir de 14 ans

Tous niveaux :

Judi : 10h30-12h

Art martial d'origine chinoise.

Activité physique apaisante et relaxante.

Étirement des muscles et des tendons, assouplissement des articulations, notamment la colonne vertébrale.

Détendez-vous, améliorez votre équilibre, devenez plus serein, en paix avec vous-même.

Sollicitez votre mémoire.

Matériel à prévoir : une tenue souple, chaussettes ou chaussons de Tai Chi Chuan.

Tarifs 2020-2021 :

Adhésion association : 14€ (individuelle) ou 37€ (famille)

Cotisation atelier : 293€ (de 15 à 45% de réduction possible selon revenus, prévoir votre dernier avis d'imposition)

Réduction de 15% dès la deuxième inscription sur les activités les moins chères.

Les ateliers sont animés par **Aurélié Valance**.

Lieu : MJC/CS 32 rue Gambetta, Rambouillet. Salle de Danse.

Plus d'informations : 01 30 88 89 04
www.usineachapeaux.fr
ateliers@usineachapeaux.fr



Rentrée des ateliers
Lundi 14 septembre 2020



MJC/Centre Social Usine à Chapeaux
32 rue Gambetta, 78 120 Rambouillet

TAÏ CHI CHUAN



A partir de 14 ans

Tous niveaux :

Judi : 10h30-12h

Art martial d'origine chinoise.

Activité physique apaisante et relaxante.

Étirement des muscles et des tendons, assouplissement des articulations, notamment la colonne vertébrale.

Détendez-vous, améliorez votre équilibre, devenez plus serein, en paix avec vous-même.

Sollicitez votre mémoire.

Matériel à prévoir : une tenue souple, chaussettes ou chaussons de Tai Chi Chuan.

Tarifs 2020-2021 :

Adhésion association : 14€ (individuelle) ou 37€ (famille)

Cotisation atelier : 293€ (de 15 à 45% de réduction possible selon revenus, prévoir votre dernier avis d'imposition)

Réduction de 15% dès la deuxième inscription sur les activités les moins chères.

Les ateliers sont animés par **Aurélié Valance**.

Lieu : MJC/CS 32 rue Gambetta, Rambouillet. Salle de Danse.

Plus d'informations : 01 30 88 89 04
www.usineachapeaux.fr
ateliers@usineachapeaux.fr



Rentrée des ateliers
Lundi 14 septembre 2020



MJC/Centre Social Usine à Chapeaux
32 rue Gambetta, 78 120 Rambouillet