

tai chi tao | Bitschwiller-lès-Thann

Reprise des cours

L'Alsace - 11 sept. 2020 à 18:39 | mis à jour le 11 sept. 2020 à 19:15 - Temps de lecture : 1 min

L'association Tai chi tao de Bitschwiller-lès-Thann reprend ses activités en cette rentrée. Les cours sont encadrés par des instructeurs diplômés. Le club est affilié à la Fédération française de karaté et disciplines associées. Un protocole sanitaire a été mis en place pour permettre une reprise des cours de manière sécurisée, afin de limiter le risque au maximum.

Venus de Chine, le tai-chi-chuan et le qi gong sont de disciplines très anciennes.

Les principes essentiels sont la bonne circulation d'énergie pour rester en forme, stimuler les organes internes, assouplir les muscles, tendons, articulations. Tous deux contribuent à apprendre à se relâcher, à évacuer les tensions et constituer des ressources en énergie nécessaires pour gérer son quotidien, sa vitalité et son bien-être. Ils se pratiquent à tous les âges.

Publicité

Les cours de qi gong ont lieu le mardi de 12 h 15 à 13 h 15 au Cosec de Thann ; le mardi de 14 h à 15 h au Dorfhüss de Goldbach-Altenbach ; le mardi de 17 h à 18 h et de 18 h à 19 h aux Écuries de Husseren-Wesserling.

Les cours de tai-chi-chuan style chen, quant à eux, se déroulent le mardi de 19 h à 20 h 15 aux Écuries de Husseren-Wesserling.

CONTACTER Claudine Colombo pour toute information au 06.19.77.56.60 ou à taichitao68@gmail.com.
Site internet : www.taichitao68.com

Sports de combat

Bitschwiller-lès-Thann

[► Signaler une erreur dans cet article](#)

Articles les plus lus

Sport

1 Tiercé. Les pronostics de « L'Alsace » pour ce lundi 31 août - Prix Saint-Pair-du-Mont

2 Alsace. Baisse de fréquentation, redressement judiciaire : quel avenir pour les salles ...

3 Ligue 1. Emmené par un grand Gessime Yassine, le Racing Club de Strasbourg crée ...