

Concrétisations TaiChi

Animé par : Sabine Lewkowicz
Diplômée en Yoga Chinois, de la FFEPM
et de la méthode de docteur Yayama



Ateliers organisés par



SAKURA

桜
武
芸
塾

Concrétisations TaiChi

Appelé communément « gymnastique de longévité et de santé »

Objectif : Etude et compréhension des formes 1, 2 et 3 de Tai Chi.

Méthode : Répétition des enchainements, exercices spécifiques et **concrétisations** des techniques à 2.

Ces stages sont ouverts aux participants aux cours de TaiChi QiGong souhaitant s'entraîner de façon spécifique à la pratique du TaiChi.

Samedis en 2024

Salle Môle de **l'Office Municipal des Sports à Annemasse** rue Henri
Barbusse de 9h30 à 11h45

- **Le 27 janvier : 1ere section**
- **Le 13 janvier : 2eme section**
- **Le 10 février : 3eme section**

Ateliers complémentaires selon intérêts, étude du schéma technique et mémorisation

- **Les 30 mars et 13 avril : sections 4°, pratique des sections 5 et 6**

pour les personnes connaissant déjà les 3 premières sections

Participation : 15 € / atelier

Offre réservée aux pratiquants des cours délivrés par les enseignants de Sakura

Minimum 10 personnes, maximum 24 personnes

Selon contexte, mesures sanitaires identiques à celles applicables aux sports de contact

Réservation 2023-24 Ateliers de Concrétisation TaiChi

Nom :

Prénom :

Téléphone :

E-mail :

Tarif : **15.00€ / atelier**

Je souhaite participer aux ateliers suivants :

OMS

- 13/01/23: Section 2
- 30/03 Section 4
- 27/01/24 : Section 1**
- 13/04 Sections 4
- 10/02/24 : Section 3

*Pour des raisons d'organisation, le nombre de places étant limité, le règlement sera effectué dans les 2 semaines avant chaque atelier. **Merci de communiquer au plus tôt votre intention d'inscription.***

Santé
Equilibre
Harmonie



Tél : 06 61 80 69 02

sabine.sakura74@orange.fr

www.ecolesakura.com