

Cours hebdomadaires

Cousance

Mercredi

18h30 - 19h30

Qi Gong

tous niveaux

Salle de la Grenette

太极拳

Mercredi

19h30 - 20h

Tai Chi Chuan

Initiation

Salle de la Grenette

Coligny

Mardi

10h15 à 11h30 (environ)

Qi Gong

au fil des saisons en itinérance
dans la Nature (sauf janvier)

Mardi

17h15 - 18h15

Qi Gong & Tai Chi Chuan

débutants

Salle des fêtes

Mardi

18h30 - 19h45

Tai Chi Chuan

(≥ 2e année) puis 19h45 - 20h armes

Salle des fêtes

Jeudi

18h à 19h15

Qi Gong

tous niveaux

Salle des fêtes

Week-ends

mini-groupes à Coligny

Qi Gong

au fil des saisons

Samedi

15h à 16h30

11 oct
15 nov
13 déc
21 fév
21 mars
25 avr
30 mai
20 juin

道

Méditation

guidée de pleine
conscience

Dimanche

10h à 11h30

12 oct
16 nov
14 déc
22 fév
22 mars
26 avr
31 mai
21 juin