



Rentrée 2021 – 2022

Bonjour à toutes et à tous

Nous espérons que votre santé est bonne et que malgré les restrictions sanitaires vous avez pu continuer à pratiquer toute l'année. Maître Yuan a assuré quelques cours en juin pour une reprise de contact.

Malgré les incertitudes nous mettons en place la prochaine rentrée.

Elle se fera le lundi 6 septembre 2021. Quelques modifications dans le planning des cours :

LUNDI	18 h 00	19 h 00		Bases du Tai Ji Quan style Yang et 88 mvt
	19 h 00	20 h 00		Tai Ji Quan forme 48 mvt – chen tai ji 56
	20 h 00	21 h 00		Qi Gong santé : ba duan jin – ma wang dui
	21 h 00	22 h 00		Zhi Neng Qi Gong Niveau 1 et 2
MARDI	18 h 30	19 h 30		Wu Shu mains nues
	19 h 30	20 h 30		Wu Shu armes
MERCREDI	18 h 30	19 h 30		Armes tai ji jian (épée)
	19 h 30	20 h 30		Qi Gong santé : ba duan jin – ma wang dui
JEUDI	18 h 30	19 h 30		Wu Shu
	19 h 30	20 h 30		Bases du Tai Ji Quan style Yang et forme 88 mvts
VENDREDI	18 h 30	20 h 30		Entraînement libre et préparation ceinture noire (voir avec isabelle)