

L'association Tai Chi Chuan en voyage à Taiwan



L'association Tai Chi Chuan en voyage à Taiwan

Après un long intermède dû à la pandémie (COVID), **trois membres du Club « Autour du Tai Chi, la Beauté du geste » (Vic-Fezensac et Auch) se sont rendus de nouveau à TAIWAN retrouver les enseignements de deux Maîtres de cette discipline, Mme CHAN Shu Shin et M CHENG Ching Ping.**

Ceux-ci ont participé au Forum en l'honneur du Grand Maître Chu Hong Bing en tant que seuls occidentaux.



Ce très agréable et enrichissant séjour de deux semaines était voué à l'étude de l'école Cheng Man Ching qui a pour particularité son style, sa simplicité et la beauté de « l'esprit du Tao ».

Cette pratique alliant patience et persévérance aide à développer sa propre conscience du « lâcher- prise » et permet de rentrer dans un état de calme intérieur.



La pratique du Tai Chi Chuan est une des voies de la douceur et la recherche de son équilibre.

Si vous souhaitez être initiés, découvrir cette pratique, les cours de Tai Chi Chuan et de Qi Qong se déroulent :

A Vic-Fezensac :

les lundis de 17 h 30 à 20 h à la salle polyvalente (salle Simone Castex)

les jeudis de 9 h à 12 h à la salle Al Andalus (ancien Hôpital).

A Auch :

les mercredis de 18 h 30 à 20 h / lieu : La Chapelle rue de Metz Contact : 06.72.24.10.13

Le Tai Chi Chuan s'adresse à tous et à tous les âges. Sa pratique apporte détente du corps et de l'esprit.

L'énergie vitale qu'on nomme « Chi » peut ainsi mieux circuler afin de procurer une meilleure santé et du bien-être.



Renseignements :

06.33.23.82.01

E-mail : autourdutaichi@orange.fr

