

« Le Taichi Qi Gong Gers fait sa rentrée »



« Le Taichi Qi Gong Gers fait sa rentrée »

« Le Taichi Qi Gong Gers reprendra son activité à compter du 16 septembre pour une nouvelle saison.

Le Qi Gong, gymnastique de la médecine traditionnelle chinoise, renforce l'organisme, améliore la souplesse et tonicité musculaire. Le Taichi Chuan, art martial chinois, vise à harmoniser l'énergie corporelle et à améliorer la souplesse tout en renforçant le système musculo-squelettique. Il consiste en l'apprentissage d'enchaînements et de postures.

Marie Caléro enseignera comme toujours ces deux disciplines. Toutefois, après plusieurs semaines de formation en Chine, où elle a reçu un diplôme de professeur de Taiji Quan, la saison 2024-2025 sera, à n'en pas douter, riche en nouveaux enseignements.

Planning des cours, tarifs, contact...sur www.taichi-auch.fr »