

TAI KI'D

POUR LES ENFANTS DÈS L'ÂGE DE 6 ANS



Confiance en soi , détente, amusement, conscience du corps, relaxation et concentration, jouer ensemble pour mieux se connaître...

Apprendre le Tai Chi c'est apprendre à être rond comme une balle, qui peut rebondir et pouvoir rester calme comme l'eau d'un lac

Formes des animaux : grue, singe , mante, serpent, tigre

Exercices à deux – Applications

Détente – Relaxation – Pleine Conscience

Dans le cadre du Récréatif - Sartay

Lundi de 15h30 à 16h15 (nouveaux et explorateurs)

Lundi de 16h15 à 17h00 (éveillés et avancés)

Reprise des cours le lundi 9 septembre 2019

70€/trimestre – 190€/an

RENSEIGNEMENTS et INSCRIPTIONS

Académie Présence et Mouvements ASBL

0497/27.77.55 – asbl.apm@gmail.com

www.academiedetaijiquan.wordpress.com

