



## INFORMATIONS

*Ces informations sont susceptibles de modifications. Merci de vous référer au site.*

Lieu : TOURNON - Gymnase Jeannie Longo

Début le dimanche 11 octobre 2020

DURÉE : 02:00

**Prix : 80.00 €**

MATERIEL :

Éventail fourni

CODE ACTIVITÉ : SBD 732

## DESCRIPTION

Le Tai Chi Eventail est une discipline corporelle qui allie technique de combat, de santé et de relaxation, dans le respect des capacités physiques de chacun. L'éventail évoque à la fois une danse et un combat au ralenti.

L'accent est mis sur la formation du corps plutôt que sur la mémorisation de forme. Quand la prise de conscience du corps est bien formée, c'est avec aisance et rapidité que chacun peut retenir et accomplir fidèlement une forme de Tai Chi, quelle que soit sa longueur. Les mouvements se déroulent selon une alternance du Yin et du Yang, Ils induisent un véritable travail interne dont toute idée de travail de force est exclue.

C'est faire, refaire, expérimenter, ressentir, rechercher, découvrir et comprendre les mouvements de la forme.

C'est une école de patience...

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Dimanche	11-10-2020	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	08-11-2020	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	22-11-2020	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	06-12-2020	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	20-12-2020	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	10-01-2021	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	31-01-2021	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	28-02-2021	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	14-03-2021	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Dimanche	28-03-2021	09:00	02:00	TOURNON - Gymnase Jeannie Longo, rue de Chapotte - 07300 TOURNON-SUR-RHONE