

Tai chi

*Les mercredis de 17h15 à 18h15
Les jeudis de 9h15 à 10h15
et 10h30 à 11h30*

L'activité

Dans une atmosphère conviviale, vous découvrirez des techniques qui trouvent leurs origines dans les pratiques des arts martiaux.

Selon une progression douce, ces exercices vous permettront de développer un bien-être articulaire, musculaire et respiratoire.

Pratique


L'activité se déroule au Centre Social AMISC.

Les inscriptions se font auprès de la référente du groupe, une adhésion familiale de 6 euros est demandée, valable pour l'année en cours et pour toutes les activités du Centre Social AMISC.

Reprise : mercredi 28 septembre 2016 à 17h15 (plusieurs niveaux et débutants) et jeudi 29 septembre 2016 à 9h15

Contact

La référente : Hélène RICHARDS

 02 35 30 15 16



AMISC

Centre Social

Imaginer, échanger, participer : ensemble construisons des projets

AMISC - 1, rue des Grainetiers - 76290 Montivilliers - Tél : 02.35.30.15.16 - direction-csamisc@orange.fr - www.amisc.fr