

École de Taiji Quan

Nouveauté Septembre 2023

L'École du Taiji Quan ouvre un nouveau cours débutant à Montmorency, à partir du mercredi 13 septembre 2023 à 19h au gymnase Ferdinand Buisson.

Nous serons heureux de vous accueillir pour vos premiers pas dans cet Art de mise en mouvement du corps et de l'esprit. Tous les renseignements sur : www://ecole.taijiquan.qigong.fr ou au 06 88 18 28 78.

Le Taiji Quan

Discipline ancestrale chinoise, le Taiji Quan est un mouvement du corps et de l'esprit.

Fondé sur la subtile dynamique du Yin et du Yang, l'Art du Taiji Quan est en toute chose de ne rien séparer, mais d'unir la puissance et la souplesse, la vitalité et le calme.

L'enseignement de L'école du Taiji Quan est structuré en trois niveaux de cours, complétés si vous le souhaitez par des stages.

Vous pourrez ainsi découvrir progressivement, avec un peu de patience et de persévérance, la profondeur, la richesse et les multiples saveurs de cet art immense.

Le Qi Gong

Le Qi Gong est un Art Énergétique Traditionnel fondé sur l'harmonisation du mouvement, de la respiration et de l'intention. Sa pratique permet d'accroître la vitalité et de développer la tranquillité mentale.

Une séance de Qi Gong est une invitation à la douceur, à une présence à Soi subtile et silencieuse. Une occasion de retrouver cachées derrière notre agitation, nos tensions et notre inquiétude une pleine et souriante expression de la Vie.

Gymnase Ferdinand Buisson
25 Avenue de la 1ère Armée française
Montmorency
95160
Contact

Tél. : 06 88 18 28 78

Mail : bertrand.bahurel@orange.fr

Liens utiles

[Découvrir l'École de Taiji Quan](#)