



SAMEDI DIMANCHE 16-17 MARS 2024
Le taiji quan, art de santé et art martial
Stage tous niveaux avec Marie-Christine Moutault



En travaillant sur la respiration, la posture et le relâchement, on participe à la libération des tensions et blocages qui entravent la libre circulation de l'énergie (Qi) et ainsi la santé s'en trouve améliorée. Dans l'apprentissage de la forme et son aspect martial, le travail sur l'énergie interne trouve toute son efficacité.

Marie-Christine Moutault s'est formée au taiji quan, au qigong, à la calligraphie chinoise, à l'énergétique chinoise, à la psychologie... Elle est directrice technique du centre « Les nuages du Wudang » en Anjou.



SAMEDI DIMANCHE 16-17 MARS 2024
Le taiji quan, art de santé et art martial
Stage tous niveaux avec Marie-Christine Moutault

Lieu: **salle de gym, école de l'Europe**
av. d'Aire 42 (derrière Planète Charmilles), 1203 Genève
Accès TPG: bus 6 - 10 - 19 arrêt Guye

Horaire: samedi 16 mars: 9 - 12h, 13h30 - 16h30

dimanche 17 mars: 9h - 12h

Accueil **dès 8h30** – merci d'arriver à l'heure

la porte sera fermée à 9h

Tél. sur place: 079 752 52 49

Prix (à payer sur place) Samedi-Dimanche **CHF 140. –**
(Fr. 120.–, membres TOC, AVS, AI, chômage, étudiants)

Renseignements:
info@taiji-toc.ch

Inscription en ligne:
<http://www.taiji-toc.ch/stages-et-evenements/>