

L'ESPRIT DU GESTE

La santé entre vos mains

Ecole de Taichi Chuan traditionnel

Eventail • Epée • Neigong



TAICHI
INPACT

楊家秘傳太極拳

**COURS
D'ESSAIS
OFFERTS**

Strasbourg - Ernolsheim-Bruche

www.taichi-inpact.fr

INPACT

Institut de Pratique des Arts Chinois Traditionnels

Le Taichi chuan est un art du mouvement du corps et de l'esprit et un art martial doux et souple ; une méditation en mouvement et une aide précieuse au service de la santé et du bien-être.

Une pratique pour se centrer et bien respirer, étirer son corps en douceur et en profondeur pour développer une souplesse naturelle, affermir son équilibre, apaiser le cœur. Des exercices simples, en solo ou à deux, qui éveillent la spontanéité, la créativité.

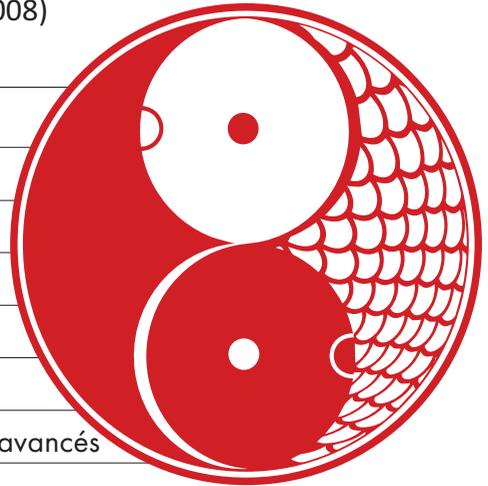
Une façon d'être qui apaise le cœur et l'esprit et replace le temps à sa juste mesure.

Un temps partagé et d'échanges régulier en groupe dans la simplicité et la bienveillance.

L'INPACT avec ses enseignants transmet depuis 1983 un patrimoine du corps et de l'esprit de l'école traditionnelle de Taichi chuan et de Neigong du Yangjia Michuan Taiji quan.

Direction pédagogique : Christian Bernapel,
Professeur diplômé d'état - 8^{ème} dan
Enseigne le Taichi chuan et le Neigong depuis 1983
Elève direct du Me Wang Yen-Nien (1914-2008)

LUNDI	19h - 20h ³⁰	■ Taichi
MARDI	18h - 18h ⁴⁵	■ Epée du Taichi
	18h ⁴⁵ - 20h	■ Taichi
	20h - 20h ³⁰	■ Neigong ou Tuishou
JEUDI	18h - 18h ⁴⁵	■ Eventail du Taichi
	18h ⁴⁵ - 20h	■ Taichi
	20h - 20h ³⁰	■ Tuishou ou Taichi pour avancés



Les cours sont dispensés de septembre à juin.

Ateliers d'approfondissement - se référer à l'actu en ligne.

■ Centre Sportif de l'Esplanade : 15 rue Louvois - STRASBOURG

■ Espace du lavoir - 1 rue du Moulin - 67120 - ERNOLSHEIM-BRUCHE

wenwuji9@gmail.com • +33 6 08 94 33 46 • www.taichi-inpact.fr

Association affiliée à la Fédération Française des Arts Energétiques et Martiaux Chinois - FFAEMC