

STAGE INITIATION XPEO/TAI-CHI

La méthode XPEO consiste en des exercices simples et accessibles à tous. Basés sur un travail d'étirement et de relâchement du corps, ils permettent de stimuler l'énergie vitale : le Qi.

Issus de 30 ans de pratique, de recherche et d'enseignement, les exercices XPEO rendent rapidement accessibles à tous les principes énergétiques du Tai chi chuan et du Qi gong.

SAMEDI 2 FEVRIER 2019

9h30-12h

Salle multi-activités :

Place de l'église de Bourg d'Oisans (ancienne école)

Tarif : 20€

Inscription par mail ou téléphone

Tai-Chi-Chuan Oisans

Branche de l'ITCCA de Grenoble

Mairie, 1 rue Humbert

38520 BOURG d'OISANS

06.08.88.66.65

tccoisans@gmail.com

<http://oisans.xpeo.fr/>



XPEO



Tai Chi Chuan

OISANS

Tai Chi Chuan
XPEO



STAGE INITIATION XPEO/TAI-CHI

SAMEDI 2 FEVRIER 2019

9h30-12h