

LES COURS

TAI-CHI-CHUAN :

Avancés : lundi de 18h30 à 19h45

Salle multi-activités

Débutants : jeudi de 19h30 à 20h45

Salle multi-activités

XPEO adapté :

Personnes âgées, personnes ayant des difficultés de motricité ou des douleurs dans les mouvements

Les exercices sont adaptés aux difficultés des participants. Le but recherché est une facilitation et une amélioration rapide des mouvements et gestes du quotidien.

Ces cours sont accessibles aux personnes atteintes de la maladie de Parkinson, de Fibromyalgie ou autres pathologies influant la qualité des mouvements.

Jeudi de 18h à 19h15 : salle multi-activités

LES TARIFS

Forfait annuel : 215 €

Forfait XPEO uniquement 10 séances : 90 €

Adhésion annuelle à l'association : 25 €

1^{er} cours d'essai gratuit

Règlement en 3 fois possible à l'inscription

Pas de cours pendant les vacances scolaires

LES STAGES

Initiation XPEO/TAI-CHI :

Samedi 23 novembre 2019 de 10h à 12h30
Lieu : salle bât. Petit Enfance à Bourg d'Oisans

TAI-CHI-CHUAN 1^{ème} année et/ou Avancés :

Dates, programmes et tarifs diffusés ultérieurement

Reprise des cours :

Lundi 16 septembre 2019

LES LIEUX

Salle multi-activités :

Ancienne école, place de l'église à Bourg d'Oisans

Salle réunion Bât. Petite Enfance :

Maison de l'enfance, 50 rue Ernest Graziotti à Bourg d'Oisans (entrée côté gauche du bâtiment, rue de la Fare)

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 

