

LES COURS

TAI-CHI-CHUAN :

Niveau avancé : jeudi 18h15 à 19h30

Salle Sidérite

Tarif : 50€ par trimestre

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 9h30 à 10h45

Salle Sidérite

Tarifs : 80€ par trimestre ou
10€ par séance

Adhésion annuelle à l'association : 20 €

1^{er} cours d'essai gratuit
Pas de cours pendant les vacances scolaires

LES STAGES

Stages XPEO/TAI-CHI-CHUAN niveau débutant

Samedi 1^{er} octobre 2022

Samedi 5 novembre 2022

Samedi 3 décembre 2022

9h30 à 12h30

Salle Pyrite

Stages TAI-CHI-CHUAN niveau avancé

Samedi 1^{er} octobre 2022

Samedi 5 novembre 2022

Samedi 3 décembre 2022

14h30 à 17h30

Salle Pyrite

Programmes et tarifs diffusés ultérieurement

Reprise des cours :

Lundi 26 septembre 2022

LES LIEUX

Salle Pyrite :

Salle Multi-activités

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

Salle Sidérite :

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/>



Tai Chi Chuan

OISANS

Tai Chi Chuan
XPEO

