

Stages d'été à St Jacut-de-la-Mer

Sous les embruns de cette magnifique presqu'île

Juillet : du lundi 5 au vendredi 9 à midi

Août : du lundi 23 au vendredi 27 août midi

Rdv le lundi à 9h15 à l'entrée du camping municipal

Hébergements : campings, bungalows, hôtels ou chambres d'hôtes

Horaires : La journée commence à 7h pour les plus courageux ! 8h petit-déjeuner puis le travail reprend de 9h30 à 12h et de 16h30 à 19h environs, l'après midi est libre.

Participation : 230 euros

Contenu des stages : Forme du Tai Chi, Qi Gong, Méditation assise
Pratique des armes pour ceux qui connaissent la forme et qui s'engagent sur toute la durée du stage. Travail à deux et poussée des mains.

Les stages sont ouverts à tous, débutants et avancés ; chacun faisant où il en est avec ses capacités.

Prévoir un coussin ou un tapis pour la méditation assise

N'hésiter pas à nous contacter pour plus de renseignements
06 63 54 39 97 / lartdutao@gmail.com

