

Les différentes dates des cours de septembre 2023 au juin 2024

MERCREDI	JEUDI
cours de Tai Ji Quan de 19h à 21h Gymnase Anne Frank	cours de Qi Gong de 19h à 20h et de 20h15 à 21h15 Gymnase Anne Frank
20 septembre : <i>Tai Ji Quan + méditaJon</i>	21 septembre
27 septembre : <i>Tai Ji Quan</i>	28 septembre
4 octobre : <i>Tai Ji Quan + Tui Shou</i>	5 octobre
11 octobre : <i>Tui Shou</i>	12 octobre
18 octobre : <i>Tui Shou + Tai Ji des huit trigrammes</i>	19 octobre
8 novembre : <i>Tai Ji Quan + Bâton</i>	9 novembre
15 novembre : <i>Bâton</i>	16 novembre
22 novembre : <i>Tai Ji Quan + Bâton</i>	23 novembre
29 novembre : <i>Tai Ji Quan</i>	30 novembre
6 décembre : <i>Tai Ji Quan + Applications martiales</i>	7 décembre
13 décembre : <i>Méditation – marche d'éveil</i>	14 décembre
20 décembre : - <i>Qi Gong des 9 Perles + Bâton</i>	21 décembre
10 janvier 2022 : <i>Bâton</i>	11 janvier
17 janvier : <i>Tai Ji Quan + Bâton</i>	18 janvier
24 janvier : <i>Tai Ji Quan</i>	25 janvier
31 janvier : <i>Tai Ji Quan + Applications martiales</i>	1 ^{er} février

7 février : <i>Méditation +Tai Ji Quan</i>	8 février
14 février <i>Tui Shou + Tai Ji des huit trigrammes</i>	15 février
21 février <i>Qi Gong des 9 Perles + Bâton</i>	22 février
13 mars : <i>Tai Ji Quan Tui shou</i>	14 mars
20 mars : <i>Libre selon les besoins de chacun</i>	21 mars
27 mars : <i>Tai Ji Quan + Bâton</i>	28 mars
3 avril : <i>Bâton</i>	4 avril
10 avril : <i>Tai Ji Quan+ Tui shou</i>	11 avril
17 avril : <i>Méditation – marche d'éveil</i>	18 avril
15 mai : <i>Tai Ji Quan + Applications martiales</i>	16 mai
22 mai : <i>Qi Gong des 9 perles +Bâton</i>	23 mai
29 mai : <i>Tai Ji Quan</i>	30 mai
5 juin : <i>Tai Ji Quan+ Tui shou</i>	6 juin
12 juin : <i>Pratique libre selon les besoins</i>	13 juin
19 juin : <i>Tai Ji Quan + Tui shou + Bâton</i>	20 juin