

QI-GONG, TAI-CHI, Self-défense femmes - Bungy-Pump*

Animé par Christine SANS, diplômée d'État Éducatrice Sportive Sports Santé,
30 années d'expériences

du lundi 23 juin au jeudi 17 juill et du mardi 26 août au jeudi 04 sept

RDV sous les tilleuls (entre la roseraie et l'Orangerie) 10 minutes avant le cours
Pensez à vous inscrire dès que possible, places limitées

QI-GONG 18h à 19h

mer 25/6 - jeu 3/7 - mer 9/7 - mer 16/7

Éventail, petit bâton à 17h15.

RDV au café La Terrasse dès 16h45.

TAI-CHI 19h à 20h

mer 25/6 - jeu 3/7 - mer 9/7 - mer 16/7

Self-défense femmes 18h15 à 19h15

Les lundis 23/6 - 7/7 - 15/7

Bungy-pump Santé

(Marche Nordique + renfo)

Les jeudis Parc des Gayeulles

10h30 à 11h30 - 26/6 - 10/7 - 17/7

RDV sur le parking de la piscine à 10h15.

Les mardis Parc du Thabor

10h30 à 11h30 - 24/6 - 8/7 - 15/7

RDV à 10h15 au café La Terrasse

Séance d'une heure : 12€

Adhérents Tao du Cœur : 10€ tarif réduit 8€

Éventail, petit bâton : 7€ Adhérents 5€



Reprise des cours hebdomadaires à partir du 22 septembre 2025

Inscription et renseignement au 06.64.32.75.90, ou par mail :

christine.sans@taoducoeur.fr

www.taoducoeur.fr