



# Tai Chi Chuan avancé

<b>Beschreibung</b>	Pour tous ceux et celles qui ont déjà acquis les bases durant min 1 an de pratique
<b>Inhalt</b>	Un cours pour vous perfectionner et progresser dans cette discipline
<b>Voraussetzung</b>	Aucune condition préalable n'est requise.
<b>Zielgruppe</b>	Adultes
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vous améliorez votre bien-être physique et psychique ainsi que votre harmonie intérieure.</li><li>• Vous êtes en mesure de réaliser une suite fluide de mouvements.</li><li>• Vous approfondissez votre respiration, renforcez votre conscience corporelle et vos mouvements naturels.</li><li>• Vous connaissez la théorie du TAO et vous savez pratiquer les mouvements du Tai chi chuan de manière autonome.</li></ul>
<b>Datum</b>	auf Anfrage / D_80607
<b>Dauer</b>	Total 1.00 Lektion(en)
<b>Preis</b>	CHF 20.00
<b>Durchführungsort</b>	Ecole-club Migros Nyon (in Planung)