

Stages « Tai Chi Chuan et méthode Feldenkrais » 2019
Animés par Rémi Wahl, professeur diplômé d'Etat



Ci-dessous les dates des stages et leur programme indicatif. Nous travaillerons parfois en deux groupes, donc pas d'inquiétude si vous ne connaissez pas certaines formes.

À St-Aubin d'Aubigné (à 20 km de Rennes) samedi 19 et dimanche 20 janvier

Tai Chi : forme lente, tuishous

Feldenkrais : avoir de la force grâce à un bassin libre

À Brest samedi 9 et dimanche 10 mars

Tai Chi : forme lente et forme rapide, sabre

Feldenkrais : relâcher les épaules

À Morlaix samedi 27 et dimanche 28 avril

Tai Chi : forme lente et forme familiale du style Tung

Feldenkrais : libre de la tête aux pieds

Possibilité d'être hébergé chez l'habitant en fonction des places disponibles

Renseignements et inscriptions :

Rémi Wahl

remi.wahl@orange.fr

06 89 14 16 25