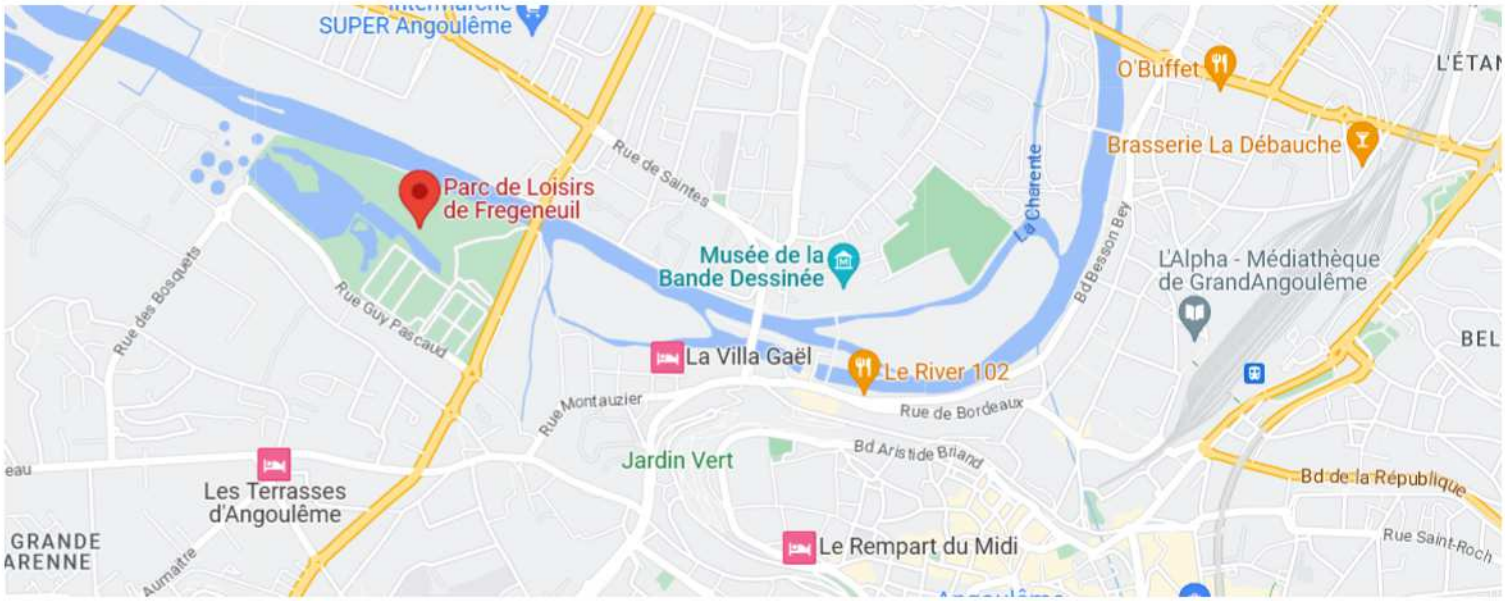
PRATIQUE SYMPATHIQUE 2023 A ANGOULEME
DIMANCHE 17 SEPTEMBRE
9h30 à 12h30 Parc de loisir de Frégeneuil

A l'occasion de la rentrée et de la nouvelle saison qui s'annonce,
l'association Dapeng "Grand Rock"
et les associations amies de Charente, Charente-Maritime et Gironde
vous invitent à les rejoindre pour une demi journée de pratique
du **QI GONG** et du **TAICHI CHUAN**.
Tout le monde peut venir, pratiquants de longue date, débutants,
enseignants ou simplement curieux qui souhaitent découvrir
les **Arts Energétiques et Martiaux Chinois**

9h30 - 10h: Accueil (apportez un petit thermos à partager :café, thé, tisane, sirop… j'apporterai les chouquettes ou autres petites viennoiseries)

10h -10h30 : Qigong
10h30 - 11h: Exercices de base du Taichi
11h00 -11h45: Ateliers taichi
11h45 -12h30: Ateliers, initiation ou démo techniques connexes (armes)

A partir de 12h30 - pique nique pour ceux qui le désirent sur place.



Parc de loisir de Frégeneuil
2bis Rue Guy Pascaud, 16000 Angoulême
Contact Eric: 06 79 52 86 61
mail: dapeng.asso@yahoo.com