Le Dragon Bleu



Activités : Ecole d'arts énergétiques chinois. Taichichuan et QiGong. Redécouvrez les bienfaits incontestables de cette discipline millénaire.
Cours à 19h tous les lundis àla Salle du Village. Venez rencontrer notre équipe et instructeur de la discipline lors du Forum des associations et lors de nos cours pour essayer et tenter l'aventure.

Lieu de pratique :
Salle du Village : Rue de la Brèche, 78680 Épône
en coeur de ville, à proximité de l'Eglise Saint-Béat

Parking sur place gratuit

LE TAICHICHUAN et le QIGONG en quelques mots :

Cet art corporel, contrairement à l'idée que l'on s'en fait parfois, s'appuie sur des efforts physiques importants, d'où son immense efficacité. Les spécialistes de la santé, les grands médias ne cessent désormais d'en faire l'éloge et ce, face à des dysfonctionnements pour lesquels la médecine moderne a dû malheureusement baisser les bras : Psychomotricité, souplesse, amplitude articulaire, équilibre, dynamique notoire dans la vie de tous les jours, amélioration du sommeil, stimulation neurologique et mémorisation, diminution de la pression artérielle et optimisation des flux sanguins, atténuation de l'arthrose, tonification du tissu musculaire, gain de force physique, stimulation de la formation osseuse, confiance en soi et même... estime de soi.

Les effets du TaiJiQuan et du QiGong sont rapides et spectaculaires. Le corps se dynamise et donc l'esprit s'ouvre de nouveau vers la satisfaction d'exister en tant qu'être humain. Cette porte ouverte donne accès aux trésors philosophiques de la culture asiatique et de la sagesse.

Reprise des cours : Le 9 septembre 2024 [ensuite tous les lundis Salle du village dès 18h30]

Les temps forts à venir de l'association

- **Pendant les périodes de vacances scolaires**, si vous êtes dans les Yvelines, ne ratez pas les séances gratuites en plein-air offertes par le Dragon Bleu :
  - Planning mis à jour en vous abonnant à La Lettre de l'Ecole
- **Dimanche 1er septembre** à 10h30, parc du château : venez donc essayer gratuitement et rencontrer le professeur diplômé de l'école du Temple de Shaolin et instructeur fédéral.
- **Samedi 7 septembre,** salle du Bout du Monde de 10h00 à 18h00, prenez date pour le Forum des associations à Epône.

Coordonnées

SALLE DU VILLAGE
Rue de la Brèche
78680
Épône
info@kungfudragonbleu.com
01 78 80 56 66
Liens utiles
Site internet

Découvrez les activités
Voir en images nos ateliers gratuits
Contact

Président : Frédéric PINLET
Contact : Eliane Gillard