



Théâtre A Corps

# DA XUAN – LE GRAND SECRET

Pourquoi cette pratique ?

Pour se découvrir : accessible à tous, chacun se développe, s'apaise et prend conscience de ses modes de fonctionnement, de qui il est vraiment.

C'est un travail individuel et collectif pour **fortifier le corps** en restant à son écoute et son rythme (Tai Chi, Qi Gong, Xing Yi, Ba Gua, etc), **développer l'énergie** mais aussi **apaiser et observer l'esprit**.

Chacun repart avec des exercices concrets et personnalisés à intégrer dans son quotidien.

Et si je le fais, ça marche !\*

*\*N'hésitez pas à communiquer avec les anciens pour qu'ils échangent et témoignent sur leur pratique et expérience.*

D'autres cours et modules sur des thèmes divers et selon l'intérêt de chacun seront proposés tout au long de l'année s'il y a **suffisamment d'inscrits**.

Calendrier et coûts :

- Les dimanches (**1 dimanche/mois**) les :

24 sept, 22 oct, 5 nov, 10 déc, 7 janvier, 4 février, 4 mars, 15 avril, 6 mai et 3 juin) de 10 h à 17 h au 15 rue de Chartres à ORSAY – RER B ORSAY Ville – 500 € l'année ou 70 € le dimanche ;

- Les **mardis de 12h 15 à 13 h 45** au Centre Audiberti : Rue du moulin 91120 LOZERE – PALAISEAU – RER B LOZERE - 330 € l'année ou 20 € le cours ;

- Possibilité de **cours individuels ou semi individuels** à la demande - 30 € le cours ;

- Des **stages** ciblés **hiver** (23 fév à 18 h au 27 février 16 h : 350 €) et **été** sont organisés - 350 € le stage de juillet et 450 € celui d'août + hébergement et repas : 5 personnes minimum

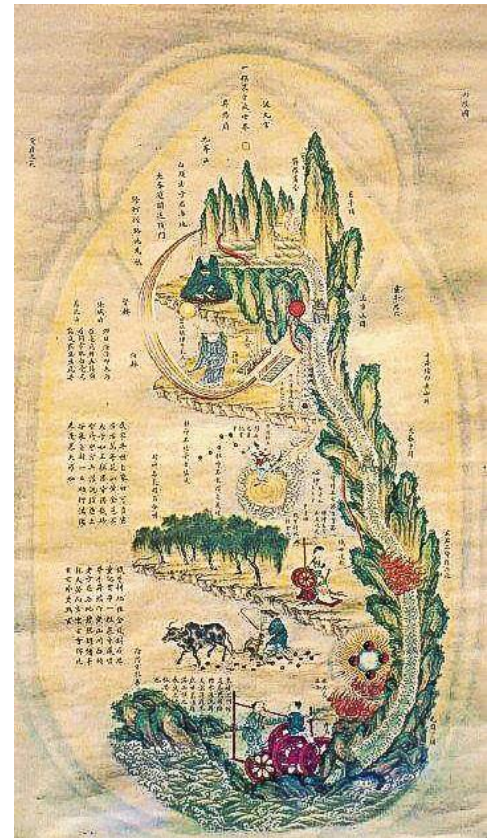
- Des modules en relation directe avec notre pratique tels Yi Jing, HE, Nutrition ... 100 € le cours.

Adhésion obligatoire à TAC : 20 €.

Indispensable :

Apportez votre coussin, pique-nique, chaussons, couverture, tapis de sol, carnet, stylos...

Renseignements au 06 19 86 62 10.



Début de ce nouveau cycle de pratique le 24 septembre 2017.