# Arts énergétiques

Equilibre Coordination Energie vitale Renforcement Mental



Compétence & Expertise D'un Réseau de Professionnels



### Tai Ji Quan

#### Christine RAVIER

Cet art énergétique et martial d'origine chinoise installe la conscience du corps dans un mouvement fluide et permanent développant l'équilibre et la coordination, la souplesse, le calme mental et le discernement.

Séances mixtes, jeunes adultes et adultes. Cours Bien Être ou Sport sur Ordonnance pour pathologies chroniques.

## Karaté Goju-Ryu d'Okinawa

#### Maurice PASCAL

Pratiquer cet art martial d'enseignement Shorei-Kan, c'est allier énergie, assouplissement et renforcement musculaire, tout en progressant à son rythme pour cultiver sa santé mentale et physique.





www.carresingulier.com