

COURS DE QI GONG SANTÉ

氣

Qi



功

Gong

« Accessible à tous et à toutes, quel que soit son âge et sa condition physique, le Qi Gong, littéralement « travail de l'énergie », gymnastique traditionnelle de santé chinoise, allie le travail du corps, la respiration et la concentration de l'esprit. »

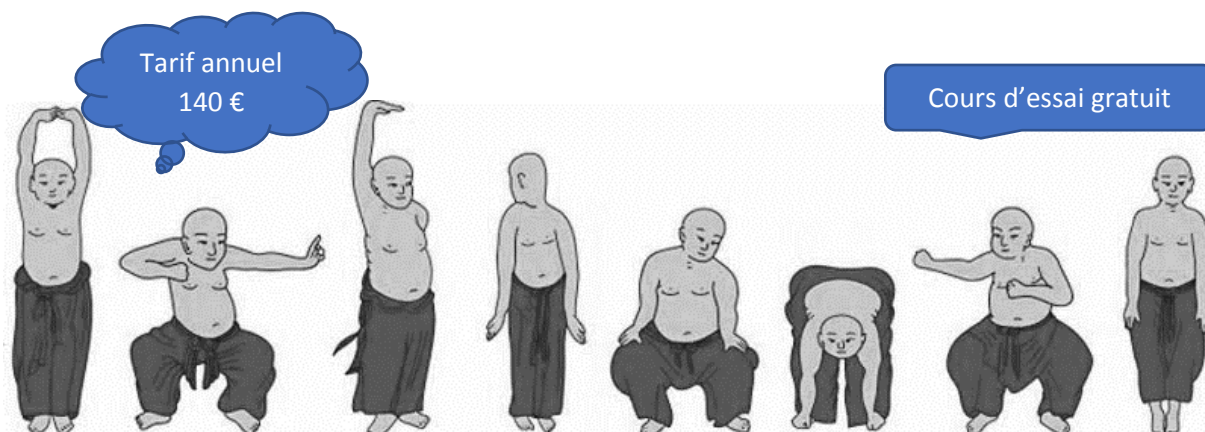
Au dojo départemental de Lons le Saunier

Le lundi de 18h à 19h à compter du 9 septembre 2019

Cours assurés par Philippe Fumey diplômé en Qi Gong de l'école internationale de MTC Shao Yang de Lyon

Section Karaté des Arts Martiaux Lédoniens

Renseignements : 06 74 12 75 46 / ph.fumey@gmail.com



COURS DE KARATÉ

« La voie de la main vide. »

Le Karaté consiste en l'utilisation de techniques à la fois offensives et défensives faisant appel à toutes les parties du corps : mains, pieds, etc.

Tarif annuel
140 €



Cours
d'essai

Au dojo départemental de Lons le Saunier

Le lundi de 19h à 20h30 à compter du 9 septembre 2019

Cours assurés par Philippe Fumey, 4^{ième} dan FFKDA.

Diplômé d'état responsable départemental de la formation

Section Karaté des Arts Martiaux Lédoniens

Renseignements : 06 74 12 75 46 / ph.fumey@gmail.com