

le journal du Médoc
Vendredi 6 septembre 2019

■ PAREMPUYRE.

Le tai-chi fait sa rentrée

L'association Tai-Chi-Chuan Parempuyre Harmonie et Santé fait sa rentrée en ce mois de septembre, avec de nouveaux cours : Le Qi Gong aura lieu au petit dojo le mercredi à partir de 20h30, le Kung-Fu au petit dojo le samedi de 9 heures à 10h30. Le Self-Défense suivra de 10h30 jusqu'à 12 heures. Un cours de Kung-Fu destiné aux enfants (jusqu'à 9 ans) sera dispensé le mercredi de 13h30 à 15 heures au petit dojo.

Les cours de Tai-Chi-Chuan reprendront le mercredi de 19h30 à 21h30 et le samedi de 9h30 à 11 heures au grand dojo, de même que le cours de Tai-Chi-Chuan Santé au petit dojo le mercredi de 15 heures à 16h30.

grand dojo, demain à 19 h 30 et jusqu'à 21 h 30 avec Jean-Marie, pour les cours de tai-chi-chuan « traditionnel » et le samedi de 9 h à 11 h. D'autres cours sont proposés comme le tai-chi-chuan « santé » au petit dojo le mercredi de 15 h à 16 h 30, le qi gong au petit dojo le mercredi à partir de 20 h 30, le Kung Fu au petit dojo le samedi à partir de 9 h à 10 h 30 et en suivant le self-défense jusqu'à 12 h, le Kung-Fu au petit dojo pour les enfants jusqu'à 9 ans, le mercredi à partir de 13 h 30 à 15 heures. Les bénévoles du club seront présents au forum des associations de Parempuyre, à l'Art Y Show samedi 7 septembre, à partir de 10 h. Le professeur de kung-fu, Armand, sera présent l'après-midi. Renseignements sur Facebook tai-chi-chuan Parempuyre et sur www.tccparempuyre.fr ou au 06 81 69 07 70.

Harmonie et santé

PAREMPUYRE La nouvelle saison 2019-2020 du club de tai-chi-chuan Parempuyre Harmonie et santé, présidé par Joël Pinenq, débutera au

Mardi 3 septembre 2019 **SUD OUEST**

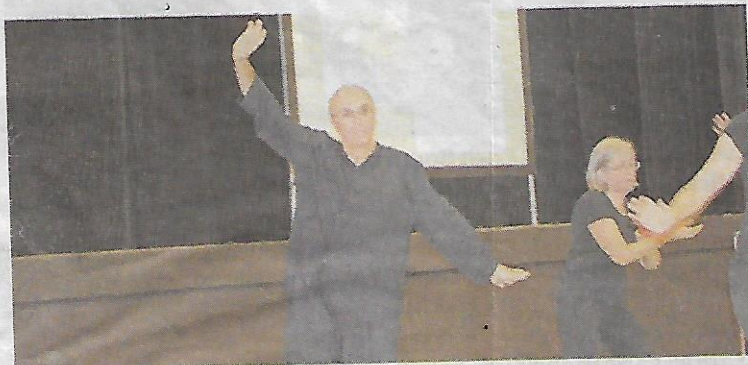
 **JAQUET** *fitness*
Professionnels depuis 1949

20 rue Jean Mermoz
LE HAILLAN
Proche Rocade sortie 9
05-56-55-01-82
www.joquetfitness.fr

Association « Tui Shou en Médoc »

PAREMPUYRE Le club Tai Chi Chuan Parempuyre Harmonie et Santé organise une journée interassociative « Tui Shou en Médoc » le samedi 15 juin à

partir de 9 h 30 au grand dojo Léo LAGRANGE. Le Tui Shou ou « poussée des mains » ou « mains collantes » est surtout connu dans les arts martiaux chinois internes. Partie essentielle du Taiji Quan, il est aussi pratiqué dans Yi Quan, le Bagua Zhang. On le retrouve également dans les arts martiaux externes comme le Shuai Jiao, le Wing Chun et certains styles de Kung Fu. Son principe majeur est de cultiver l'extrême détente musculaire pour accueillir, transformer et retourner la force donnée par le partenaire, que ce soit à pas fixes ou à pas mobiles. Renseignements par email sur wushuaquitaine@aol.fr ou les mercredis de 19 h 30 à 21 heures et les samedis de 9 h 30 à 12 heures au grand dojo.



Au premier plan, Joël Pinenq, président du club Tai Chi Chuan Parempuyre harmonie et santé. PHOTO M.-F. J.