

Tai-chi-chuan

CHARLIEU: *salle Amicale Laïque - Gymnase Girgenti*

lundi 12h15 - 13h15 (débutants)

lundi 19h30 - 20h45 (tous niveaux)

jeudi 19h - 20h15 (tous niveaux)

jeudi 20h15 - 20h45 (avancés)

CHAUFFAILLES : *Quinthéssence rue Rousset*

mardi 18h30 - 19h45 (tous niveaux)

Qi-gong

CHARLIEU: *Salle Amicale Laïque - Gymnase Girgenti*

lundi 10h15 - 11h30

mardi 18h00 - 19h00 bâton

mercredi 19h15 - 20h30

CHAUFFAILLES : *Quinthéssence rue Rousset*

mercredi 10h45 - 12h00

jeudi 18h30 - 19h45

IGUERANDE : *Salle derrière la mairie*

Mercredi 10h30 - 11h45

ST DENIS DE CABANNE : *Salle Plainard*

mardi 9h00 - 9h30 Pratiques du matin

mardi 9h30 - 10h00 bâton

mardi 10h30 - 11h45

MARCIGNY : *ouverture automne 2025 lieu et horaire à préciser*

Xi Xi Hu

(marche de santé en salle)

CHARLIEU : *Amicale Laïque*

lundi 9h - 10h 00

CHAUFFAILLES : *Quinthéssence rue Rousset*

mercredi 9h30 - 10h30

Cours d'essai gratuit de chaque pratique.