

Vendredi

Karaté martial Self défense

« Invitation découverte et reprise des cours le 16 septembre »

« Bouger sans contrainte musculaire et articulaire.
Dynamiser et renforcer le corps
Par une prise de conscience énergétique. »

Salle de la Séoune
82150 Montaigu de Quercy

Enfants 7 à 11 ans :

Filles et Garçons : 18 h à 18 h 55

12 ans, Ados, Adultes :

Filles et Garçons : 19 h à 20 h 25

Renseignements : E mail : guy.ballety@orange.fr Site : <http://guyballetykarate.clubeo.com>

◇ 06 76 97 07 23 ◇ 05 53 29 91 26

« Plusieurs autres possibilités cours, horaires et lieu vous sont proposés. »

Cours assurés par :

Guy BALLETY > CN 4^{ème} DAN, Diplômé d'état

1 séance d'essai gratuite

"Association agréée jeunesse et sport"

Conseil Général
de la
Dordogne



Association régie par la loi 1901 : -KIAI-KARATE-CLUB-VILLEFRANCHOIS. Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique.

Vendredi

20 h 30 à 22 h

TAÏ-CHI-CHUAN QI-GONG TUI-NA

« Invitation découverte et reprise des cours le 16 septembre »

« Salle la Séoune »

82150 Montaigu de Quercy

Le Taï-chi-chuan est un art martial chinois
pouvant être pratiqué à tout âge.

Cet art permet de trouver souplesse, équilibre, il soulage
le corps des problèmes de fatigue, de dos, d'articulations, etc....

C'est aussi un moyen de lutter contre le stress,
de trouver un calme dynamique et sérénité.

Le Taï-chi-chuan est l'art du bien-être.

Bien dans son corps, bien dans sa tête

Renseignements: E mail : guy.ballety@orange.fr Site : <http://guyballetykarate.clubeo.com>

◇ 06 76 97 07 23 ◇ 05 53 29 91 26 1 Séance d'essai gratuite

Cours assurés par :

- Guy BALLETY

Diplômé d'état

Karaté, Qi-Gong,

Tai-Chi-Chuan, Tui-Na.

Plusieurs autres possibilités
de cours, horaires et lieu
Vous sont proposés

Conseil Général
de la
Dordogne



Stages de Qi-Gong en Weekend.

Association régie par la loi 1901 : A.E.L.C.K. Rue du Midi 24550 Villefranche du Périgord.

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique.