



# Atelier Tai Chi

Centre social de Merville | Espace d'animation et participatif

## TOUS LES JEUDIS DE 14H30 A 16H

Bien-être	Do it yourself	Famille	Culture & Loisirs	Inter-génération
-----------	----------------	---------	-------------------	------------------



# Travaillez votre énergie

Pratique traditionnelle chinoise associant des exercices respiratoires et de concentration, des automassages et des mouvements lents.

Accessible à tous (sur certificat médical), la pratique du Tai-Chi permet de réduire le stress, les douleurs et d'améliorer son bien-être.

太极拳

## CCAS – Centre Social de Merville

50 rue du 19 mars 1962- 31330 Merville  
Tel. : 05 62 13 40 95  
Email : [ccas@merville31.fr](mailto:ccas@merville31.fr)



## Inscrivez-vous !

Inscrivez-vous au Centre Social et recevez toutes nos actualités ! Notamment les activités ponctuelles mises en place tout au long de l'année.