STAGE OXYGENATION AUTRANS 17-18 MAI 2014

WUSHU69

武術

Samedi

***10h00-12h00 Taijiquan** (techniques de déplacement, postures)*
***14h00-16h00 Kungfu** (renforcement physique, travail des jambes)*
***16h00-18h30 Shiatsu** (libération des tension du dos)*

Dimanche

***8h00-10h00 Taïjiquan** (techniques de déplacement, postures)*
***10h00-12h00 Kungfu** (renforcement physique, travail des jambes)*

Stage familiale mixte dans le cadre verdoyant du Vercors. Ouvert à tous et en pension complète du samedi au dimanche midi, vous pourrez profiter de la piscine intérieure, du sauna, du solarium... durant les temps libre, mais aussi des nombreux sentiers de randonnée.

Tarif hors transport : 125 euros en chambre de 4 (possiblité de chambre double avec un supplément de 15 eur par pers)
Accompagnateurs et enfants moins de 8 ans : 100 euros
Attention places limitées !!!

Inscription auprès de Thanh DINH au 06 88 27 17 29 ou par mail à thanh.dinh-ngoc@hotmail.fr