

## BULLETIN D'INSCRIPTION JOURNÉE DU TAI CHI

### A RETOURNER AVEC PAIEMENT

Association « Créer son Bien-Être / Sports pour Tous »  
1A rue Joseph Vernet – 30100 Alès

Cette journée met en valeur les bienfaits du Tai Chi, favorise la participation communautaire pour les passionnés de Tai Chi et les débutants. C'est un temps propice à la rencontre et à l'échange des expériences sur les différentes pratiques existantes.

Le tout accès sur la santé et le bien-être à travers ses nombreux avantages physiques et mentaux :

- Amélioration de l'équilibre
- Réduction du stress émotionnel
- Renforcement de la force musculaire
- Augmentation de la flexibilité articulaire
- Optimisation de la circulation sanguine et énergétique

C'est l'occasion idéale pour celles et ceux qui sont nouveaux dans la pratique de découvrir le Tai Chi et de commencer à l'intégrer dans leur routine.

**Dimanche 27 Avril 2025**

**de 9h30 à 16h30 (repas tiré du sac) - lieu non défini**

**TARIF : 60€ par chèque à l'ordre de « Créer son Bien-Être / Sports pour Tous »**

NOM.....

PRÉNOM.....

ADRESSE.....

.....

CODE POSTAL.....

VILLE.....

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE.....

ADRESSE E-MAIL.....

Fait le :

A :

Signature