

AVIS AUX PERSONNES EN ÂGE D'AVS

LA COMMUNE ORGANISE



DES COURS DE TAÏ-CHI
LES LUNDIS DE 15H30 A 17H00
(initiés)
LES JEUDIS DE 15H15 A 16H45
(débutants)

qui se dérouleront

en plein air ⇒ *à la Campagne Charnaux*

OU, EN CAS DE MAUVAIS TEMPS,

à l'intérieur ⇒ *à la salle Antoine-Verchère*



Cours Initiés : du lundi 8 janvier au lundi 10 décembre 2018

Cours Débutants : du jeudi 11 janvier au jeudi 13 décembre 2018

Reprise des cours après la pause d'été : 1^{ère} semaine septembre

COÛT : CHF 140.- par personne

Dérivé des arts martiaux, le tai-chi est une discipline corporelle d'origine chinoise comportant un ensemble de mouvements continus et circulaires exécutés avec lenteur et précision dans un ordre préétabli. Sa pratique vise entre autres à améliorer la souplesse, à renforcer le système musculo-squelettique et à maintenir une bonne santé physique, mentale et spirituelle. Selon ses adeptes, le tai-chi permettrait d'améliorer la concentration, la vivacité d'esprit et la mémoire.

! PAS DE CONFIRMATION ECRITE POUR LES COURS :

1. Vous vous inscrivez - 2. Vous venez au cours - 3. Une facture vous est adressée.

L'intégralité du cours sera facturée en cas d'absence ou de demande d'inscription en cours de session. **Seul un certificat médical** permet d'annuler une inscription.



Coupon d'inscription

Je m'inscris pour le cours de tai-chi et m'engage à payer **CHF 140.-**

☐ du 8 janvier au 10 décembre 2018 (initiés)

☐ du 11 janvier au 13 décembre 2018 (débutants)

Nom: Prénom:

Adresse: Téléphone:

A retourner **AVANT LE DEBUT DES COURS** à la mairie de Meyrin, service des aînés, case postale 367, 1217 Meyrin 1 ou par e-mail, aines@meyrin.ch