

Vingt-cinq participants au stage de Qi Gong et Taiji

La Meignanne

samedi 11 mai 2013



Les participants du stage Qi gong et Taiji organisé par l'association intercommunale Aktizen.

Créée en 2010, lors de l'ouverture de l'Espace Longuenée, l'association intercommunale Akti'Zen poursuit son chemin. Pour sa troisième saison, l'association, spécialisée dans les disciplines d'arts internes et énergétiques chinoises, regroupe vingt-cinq adhérents qui suivent très assidûment les trente-cinq séances prévues dans l'année.

Samedi dernier, pour la première fois, Akti'Zen a organisé un stage pour moitié aux adhérents de l'association et pour moitié aux autres membres des associations du département. Vingt-cinq personnes ont ainsi suivi les séances de Qi Gong et Taiji de Jocelyne Boisseau, spécialiste dans l'art du mouvement traditionnel chinois, thérapeute en Qi Gong vivant en Allemagne. Des disciplines et des mouvements qui permettent la relaxation du corps et de l'esprit. Lors de la pause déjeuner, une démonstration de Taiji rouli ball a été faite. Cette discipline, peu connue en France, s'apparente au badminton. Les gestes du Taiji devraient d'ailleurs être proposés à la rentrée de septembre.