



# La Voix de l'Arguenon

N° 177

Avril Mai Juin 2021

## Le Taïchi

Malgré les différents confinements dus à la Covid, l'association Yin Yang Créhen a poursuivi ses activités en les adaptant : pour les deux premiers confinements, Jean-Pierre GEORGE a produit des courtes vidéos avec des textes explicatifs qui ont permis aux membres de l'association de pratiquer des exercices de Qi Gong et de Taïchi.

En dehors des périodes de confinement, les entraînements ont repris, avec notamment un nouveau cycle pour les Débutants au mois de septembre.

Le troisième confinement n'a pas arrêté l'association qui a continué les entraînements en extérieur avec un effectif réduit à 6 personnes et bien sûr avec toutes les mesures de prévention nécessaires. De 3 entraînements hebdomadaires en temps normal, ce n'est pas moins de 6 entraînements par semaine que Jean-Pierre GEORGE a assuré. Il a mis en place une nouvelle discipline : la taïchi avec un sabre.

Les entraînements se poursuivront pendant tout l'été, sous l'abri des étangs et, dès le début du mois de septembre, un nouveau cycle de débutants sera mis en œuvre.

Alors n'hésitez pas : pour tout renseignement, vous pouvez dès à présent contacter Jean-Pierre GEORGE, président et instructeur, par téléphone au 06.35.59.21.82 et par email à : [budojpg@gmail.com](mailto:budojpg@gmail.com)