



ARTS MARTIAUX, TAÏ CHI, QI GONG, YOGA, RELAXATION, MÉDITATION

Cercle d'Étudiants d'Arts Martiaux Traditionnels

📍 Palais des sports Jacques Chirac
2, rue du général d'Amade
82000 Montauban (<https://www.google.com/maps/?q=Palais+de+sports+Jacques+Chirac+2,+rue+du+général+d'Amade+82000+Montauban>)

📞 0677451231

🌐 [Site Internet \(https://ceamt82.fr/\)](https://ceamt82.fr/)

📌 Aïki-jutsu : L'aïki-jutsu est une méthode supérieure japonaise de combat à mains nues pratiquée par la caste guerrière et nobiliaire des Samouraïs. L'aïki-jutsu est une manière intelligente de se défendre dont il faut retenir avant tout l'idée de souplesse prise dans son sens le plus large, aussi bien physique que mentale.

Taï Chi Chuan (Style Chen) : Le Taiji Quan est un art martial chinois dit "interne". Le tai-chi repose sur la pratique d'enchaînements caractérisés par des mouvements combinant une force explosive qui vient de l'intérieur et un style extrêmement fluide, souple et mouvant.

🕒 Aïki-jutsu : Enfants le mercredi de 17h00 à 18h45, adultes le mercredi et vendredi de 19h à 20h45.

Taï Chi Chuan : Lundi de 19h à 20h30 à la salle à usages multiples, 82230 Léojac.

@ [Courriel](#)