

| GYM DOUCE |

# Le club Tai-chi tao de Thann grandit

Le 14/03/2018 05:00 Vu 36 fois



Claudine Colombo, Nadine Maréchal, Joséphine Edel et Michèle Schweitzer sont les quatre professeures du club Tai-chi tao de Thann.DR

Le tai-chi-chuan et le qi gong sont de très anciennes pratiques sportives et corporelles venues de Chine. Les principes essentiels en sont la bonne circulation d'énergie pour rester en forme, la stimulation des organes internes, assouplir les muscles, tendons et articulations. Ces deux sortes de gymnastique contribuent à apprendre à se relâcher, à évacuer les tensions et constituer des ressources d'énergie nécessaires pour gérer son quotidien, sa vitalité et son bien-être. Elles se pratiquent à tous les âges.

Spécialiste de ce domaine à Thann, le club Tai-chi tao grandit. En effet, depuis l'année dernière, quatre personnes y ont obtenu des ceintures noires et des diplômes. Nadine Maréchal a décroché la ceinture noire 1er dan et le DIF (diplôme d'instructeur fédéral), option tai-chi-chuan. Joséphine Edel a, quant à elle, obtenu la ceinture noire 1er dan avec la meilleure note lors de son passage de grade. L'association en est particulièrement fière. Elle a également obtenu le DAF (diplôme d'assistant fédéral) option qi gong, ainsi que son diplôme de médecine traditionnelle chinoise.

Quant à Michèle Schweitzer, c'est la ceinture noire 1er dan et le diplôme d'assistant fédéral option qi gong qui fait son bonheur. Enfin, Claudine Colombo, diplômée du DIF et fondatrice de l'association en janvier 2011, a obtenu la ceinture noire 2e dan. Elle est fière d'avoir formé trois nouveaux instructeurs.

« Chacune est précieuse pour moi et vient apporter une pierre à l'édifice, explique-t-elle. Je suis ravie des échanges et partages que nous pouvons avoir. Nous sommes d'éternelles apprenties et trouvons plaisir à apprendre, étudier, pour transmettre le tai-chi-chuan et le qi gong. Il est essentiel que les encadrants soient formés, c'est un gage de sérieux et de qualité et de respect vis-à-vis des adhérents. Mais, au-delà de la pratique, il y a aussi les membres du comité à qui je tiens à exprimer ma plus grande reconnaissance et mes remerciements pour m'avoir soutenue tout au long des années. »

Claudine Colombo et Nadine Maréchal donnent des cours de tai-chi-chuan les lundis et mercredis. Les cours de qi gong sont nombreux et donnés les lundis, mardis, mercredis et jeudis par Claudine Colombo. De leur côté, Joséphine Edel et Michèle Schweitzer viennent en soutien lors des cours de qi gong. Leur objectif à toutes est d'apporter des moments de bien-être, de détente et de plaisir au public de leurs cours.

---

CONTACTER Tél. 06.19.77.56.60. Site : [www.taichitao68.com](http://www.taichitao68.com)

---