



Le Refuge Des 7 Tigres Igny Tai Chi Chen Chen Taiji Fresnes Verrières Tai Chi Chen

TAICHI CHUAN style CHEN Qi Gong Sibérien

Cours tous niveaux :

Lundi, mardi, mercredi, jeudi soir

Vendredi et samedi matin

Internet : www.refugedes7tigres.fr

Mail : lerefugedes7tigres@gmail.com

Tel : 06 84 38 86 46

75€ par an ou 30€ par trimestre, l'adhésion donne
accès à tous les cours !



Où et quand ?

Antony :

Le mardi au Gymnase Anatole France

Le vendredi et le samedi au Parc Heller

Igny :

Au Gymnase Marcel Cerdan

Fresnes :

Au Parc des Sports (côté MJC)

Verrières

Au préau de l'école Paul Fort

Lundi	19h à 20h30		
Fresnes	TCC Débutants		
Mardi	18h à 19h	19h à 20h	20h-21h30
Antony	Qi Gong	TCC Débutants	TCC Avancés
Mercredi	19h30 à 21h		
Verrières	TCC Débutants		
Jeudi	20h30 à 21h30	21h30-22h30	
Igny	TCC Débutants	TCC Avancés	
Vendredi	9h30 à 11h		
Antony	Qi Gong		
Samedi	9h30 à 10h30	10h30 à 11h30	11h30 à 12h30
Antony	TCC Débutants	TCC Avancés	TCC Armes
Samedi	9h à 10h	10h à 11h	11h à 12h
Fresnes	TCC Débutants	TCC Avancés	TCC Avancés



Le Refuge Des 7 Tigres Igny Tai Chi Chen Chen Taiji Fresnes Verrières Tai Chi Chen

TAICHI CHUAN style CHEN Qi Gong Sibérien

Cours tous niveaux :

Lundi, mardi, mercredi, jeudi soir
Vendredi et samedi matin

Internet : www.refugedes7tigres.fr

Mail : lerefugedes7tigres@gmail.com

Tel : 06 84 38 86 46

75€ par an ou 30€ par trimestre, l'adhésion donne
accès à tous les cours !



Où et quand ?

Antony :

Le mardi au Gymnase Anatole France

Le vendredi et le samedi au Parc Heller

Igny :

Au Gymnase Marcel Cerdan

Fresnes :

Au Parc des Sports (côté MJC)

Verrières

Au préau de l'école Paul Fort

Lundi	19h à 20h30		
Fresnes	TCC Débutants		
Mardi	18h à 19h	19h à 20h	20h-21h30
Antony	Qi Gong	TCC Débutants	TCC Avancés
Mercredi	19h30 à 21h		
Verrières	TCC Débutants		
Jeudi	20h30 à 21h30	21h30-22h30	
Igny	TCC Débutants	TCC Avancés	
Vendredi	9h30 à 11h		
Antony	Qi Gong		
Samedi	9h30 à 10h30	10h30 à 11h30	11h30 à 12h30
Antony	TCC Débutants	TCC Avancés	TCC Armes
Samedi	9h à 10h	10h à 11h	11h à 12h
Fresnes	TCC Débutants	TCC Avancés	TCC Avancés



Le Refuge Des 7 Tigres
Igny Tai Chi Chen
Chen Taiji Fresnes
Verrières Tai Chi Chen

TAICHI CHUAN style CHEN
Qi Gong Sibérien

Cours tous niveaux :

Lundi, mardi, mercredi, jeudi soir

Vendredi et samedi matin

Internet : www.refugedes7tigres.fr

Mail : lerefugedes7tigres@gmail.com

Tel : 06 84 38 86 46

75€ par an ou 30€ par trimestre, l'adhésion donne
accès à tous les cours !



Où et quand ?

Antony :

Le mardi au Gymnase Anatole France

Le vendredi et le samedi au Parc Heller

Igny :

Au Gymnase Marcel Cerdan

Fresnes :

Au Parc des Sports (côté MJC)

Verrières

Au préau de l'école Paul Fort

Lundi	19h à 20h30		
Fresnes	TCC Débutants		
Mardi	18h à 19h	19h à 20h	20h-21h30
Antony	Qi Gong	TCC Débutants	TCC Avancés
Mercredi	19h30 à 21h		
Verrières	TCC Débutants		
Jeudi	20h30 à 21h30	21h30-22h30	
Igny	TCC Débutants	TCC Avancés	
Vendredi	9h30 à 11h		
Antony	Qi Gong		
Samedi	9h30 à 10h30	10h30 à 11h30	11h30 à 12h30
Antony	TCC Débutants	TCC Avancés	TCC Armes
Samedi	9h à 10h	10h à 11h	11h à 12h
Fresnes	TCC Débutants	TCC Avancés	TCC Avancés



**Le Refuge Des 7 Tigres
Igny Tai Chi Chen
Chen Taiji Fresnes
Verrières Tai Chi Chen**

**TAICHI CHUAN style CHEN
Qi Gong Sibérien**

Cours tous niveaux :

Lundi, mardi, mercredi, jeudi soir

Vendredi et samedi matin

Internet : www.refugedes7tigres.fr

Mail : lerefugedes7tigres@gmail.com

Tel : 06 84 38 86 46

75€ par an ou 30€ par trimestre, l'adhésion donne
accès à tous les cours !



Où et quand ?

Antony :

Le mardi au Gymnase Anatole France

Le vendredi et le samedi au Parc Heller

Igny :

Au Gymnase Marcel Cerdan

Fresnes :

Au Parc des Sports (côté MJC)

Verrières

Au préau de l'école Paul Fort

Lundi	19h à 20h30		
Fresnes	TCC Débutants		
Mardi	18h à 19h	19h à 20h	20h-21h30
Antony	Qi Gong	TCC Débutants	TCC Avancés
Mercredi	19h30 à 21h		
Verrières	TCC Débutants		
Jeudi	20h30 à 21h30	21h30-22h30	
Igny	TCC Débutants	TCC Avancés	
Vendredi	9h30 à 11h		
Antony	Qi Gong		
Samedi	9h30 à 10h30	10h30 à 11h30	11h30 à 12h30
Antony	TCC Débutants	TCC Avancés	TCC Armes
Samedi	9h à 10h	10h à 11h	11h à 12h
Fresnes	TCC Débutants	TCC Avancés	TCC Avancés