



Foyer Rural
Ribemont sur Ancre



TAÏSO

Le TAÏSO reprend ses activités

Le Taïso, c'est l'ensemble des exercices d'échauffement, de renforcement musculaire, d'assouplissement et de relaxation pratiqués lors de l'apprentissage d'un Art Martial.



Le Taïso permet de renforcer à la fois le système cardio-vasculaire, son équilibre, sa coordination générale tout en faisant travailler à chaque séance l'ensemble de ses muscles

Venez nous retrouver

A partir du 10 Septembre 2021

le vendredi à 19H45

Au premier étage de l'ancien internat
du Foyer Rural – EPL du château.

Ribemont sur Ancre

Un essai ne coute rien



ATTENTION COVID

Selon le décret du 19 juillet , le « pass sanitaire » ne serait pas obligatoire . Application des mesures barrières. Nous appliquerons les mesures en fonction de l'évolution de la situation.