

Famille du média : **Médias régionaux**  
(hors PQR)

Périodicité : **Hebdomadaire**

Audience : **17018**

Sujet du média :

**Actualités-Infos Générales**



Edition : **Du 29 septembre au**

**05 octobre 2022 P.13**

Journalistes : -

Nombre de mots : **215**

## Journée de la forme au Grand Palais

La semaine de la forme, du 1<sup>er</sup> au 9 octobre, est un événement national soutenu par la fédération Sports Pour Tous. Il s'agit de promouvoir la santé et le bien-être par la pratique du sport amateur ou de compétition. Le Taï Chi club de Cahors en partenariat avec le cinéma le Grand Palais propose une nouvelle édition de cette semaine de la forme avec une journée-événement **mercredi 5 octobre** de 14 h à 21 h.

Au programme à 14 h, projection en avant-première du film d'animation « Samourai academy », suivi à 15 h 45 d'un atelier gratuit de Qi Gong/ Taiji pour les jeunes de 5 à 15 ans (places limitées, réservation au cinéma) et goûter offert.

À 17 h, atelier gratuit tout public de Qi Gong Taiji. À 18 h, projection du film documentaire « Les mystères du Wudang » (6 €) suivi à 19 h d'une table ronde « la santé globale sur le territoire de Cahors » jusqu'à 20 h, en présence de pratiquants, de praticiens en médecine chinoise, de professionnels de la santé, des maisons Sport-Santé du Lot et dirigée par Rosa Stride, enseignante au Taichi club de Cahors, ceinture noire 3<sup>e</sup> Duan FFKDA.

Un buffet-échanges est offert pour clôturer cette journée.

