



Programme des stages de Taiji Quan 2022-2023

Les stages tiennent compte de l'ensemble des stagiaires et suivent les recommandations traditionnelles :

- 1-/ Pratique de chi-gong en échauffement
- 2-/ Découverte et approfondissement de l'étude du grand Enchaînement : Ecole Yang
- 3-/ Exercices à deux : Poussée des mains(TUISHOU), Grand déplacement (DALÜ), Dispersion des mains (SANSHOU).
- 4-/ Etude des BA-GUA QUAN .

Les stages sont ouverts à tous, débutants et pratiquants de longue date. Je rappelle à ce sujet que les techniques abordées servent essentiellement de support pour s'éveiller à une plus grande capacité de détente, de perception et de tranquillité intérieure, certains évoquent une méditation en mouvement.

Les stages seront animés par Jean Marc COMBE et Serge ACCHIARDI ensemble ou séparément suivant les dates.

Tous deux ont suivis l'enseignement de maître RAM , lui-même élève de Mr. LI GUANG HUA, dans la pure tradition de l'école YANG.

Horaires : Samedi : de 14h30 à 17h30
Dimanche de 9h30 à 12h30 / pause déjeuner / de 14h30 à 17h30.

Participation aux frais : Samedi : 30€ Dimanche : 60€
Week-end complet : 90€. Inscription par téléphone au 0615337862.
Possibilité de s'inscrire pour 3 stages en une fois : 240€
Réponse souhaitée: 15 jours avant le début de chaque stage pour valider l'inscription.
PS: Nombre d'inscrits limité.

Dates des stages 2022/2023

1°- 24/25 Septembre	2022	2°- 15/16 Octobre	2022
3°- 06 Novembre	2022	4°- 21/22 Janvier	2023
5°- 25/26 Février	2023	6°- 25/26 Mars	2023
7°- 22/23 Avril	2023	8°- 13/14 Mai	2023
	9°- 17/18 Juin		2023