



Stage de Taijiquan en Bretagne

du 1 au 6 juillet 2018

Nom : Prénom :
(en majuscules)

Adresse :

Code postal : Ville :

N° téléphone : Email :

Je désire partager ma chambre avec :

Ronfleur : oui non

Coût du stage :

- ☉ Hébergement en pension complète :
Chambre à 2 : **275 €** par personne
Chambre individuelle : **355 €**

*Joindre un chèque de 275 € ou 355 € à l'ordre de
« Association de Tai Chi Chuan de Paris »*
- ☉ Cours : **220€** par personne (200€ pour les chômeurs et les couples)
À payer à l'ordre de **Sabine Metzlé** au début du stage.

Date et signature.

Inscriptions avant le 15 mai 2018

Vous pouvez faire 2 chèques. Le premier sera encaissé dans le mois qui suit votre inscription le second le 15 mai. A nous remettre pendant les cours ou à envoyer à :

« **Marianne DUGOUJON** »
Association de Taichi-Chuan de Paris
211 rue Vercingétorix – **Bte 1732** 751014 - Paris

Lieu du Stage :
Maison d'accueil L'Ile Blanche Locquirec

du dimanche 1 juillet (dîner) au vendredi 6 juillet (après le déjeuner)

Niveau requis : **MAÎTRISE DU 1^{er} duan**

7h30 - 8h20	Éveil du matin
8h30	Petit déjeuner
9h30 - 12h	Pratique
12h 15	Déjeuner
15h – 17h30	Goûter
16h15 – 18h45	Pratique
	Fin de pratique : courte séance de Feldenkrais

Programme

- ☉ **Neigong : Qu'est-ce que le neigong, quelle place tient-il dans la pratique du taiji quan et comment l'intégrer dans la vie quotidienne (mouvement, posture, respiration)**
- ☉ **Découverte des mouvements du 3^{ème} duan /Approfondissement au travers de leurs applications à deux**

Des indications précises seront envoyées aux participants avant le début du stage.

Pour tout renseignement complémentaire contactez :
Marianne Dugoujon : 07 50 84 87 86 – as.taichi.paris@gmail.com
Sabine Metzlé : 01 41 12 94 82 – sabine.metzle@yahoo.fr

Maison d'Accueil ILE BLANCHE
1 impasse de l'île blanche
29241 LOCQUIREC

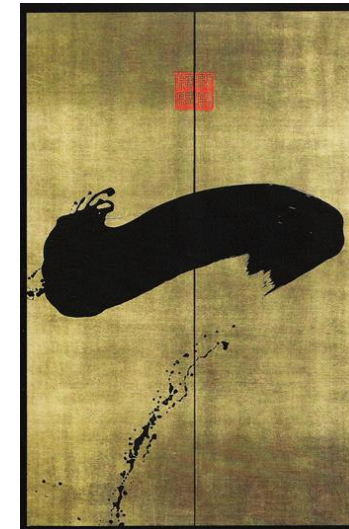


www.ile-blanche-locquirec.fr

NEIGONG

Dans l'enchaînement et dans la vie quotidienne
3^{ème} DUAN et
Leurs applications martiales

avec Sabine Metzlé
Du 1 au 6 juillet 2018



Yi Un
F.Verdier

載營魄抱一能無離乎，專氣致柔能嬰兒乎，
滌除玄覽能無疵乎

Chapitre 10 - Dao de jing

Ton âme pourra - t- elle embrasser l'unité dans une union fusionnelle ?
Pourras-tu faire que ton souffle te rende aussi souple qu'un nourrisson ?
Pourras tu purifier ton regard intérieur jusqu'à le rendre immaculé ?

Organisé par
L'Association de Taichi-Chuan de Paris