

*Taichi Chuan à Port-Manech
du 26 juin au 1^{er} juillet 2010
Avec Sabine Metzlé*



蓄勁如開弓，發勁如放箭，曲中求直，蓄而後發。

*Accumuler la force c'est "bander l'arc", la libérer c'est "décocher la flèche".
Par la courbe atteindre la ligne droite, accumuler puis exprimer.*





Lieu du Stage : Le village de vacances de Port-Manech.

Dates : du Samedi 26 juin (dîner) au Jeudi 1^{er} juillet (après le déjeuner).

Niveau requis : Tous niveaux à partir d'un an de pratique

Thèmes :

- Approfondissement de tout l'enchaînement (par niveaux)
- Tuishou, de la réception à l'expression
- Prise de conscience de soi à travers la posture, le mouvement et la respiration.

Horaires :

7h30 -8h30 Pratique du matin

8h30 Petit déjeuner

10h – 12h Pratique de l'enchaînement

12h30 Déjeuner

16h - 17h30 Tuishou

17h45 – 19h Prise de conscience de soi à travers la posture, le mouvement et la respiration.

19h30 Dîner

Coût du stage :

- Cours : 130€ par personne (110€ pour les chômeurs et étudiants)
à payer à l'ordre de Sabine Metzlé au début du stage.
- Hébergement en pension complète : Chambre à 2 : 260 € par personne.
Possibilité de chambre individuelle avec un supplément de 65€.

Pour tout renseignement complémentaire contactez :

CH Guillon : 01 40 44 84 64 as.taichi.paris@laposte.net

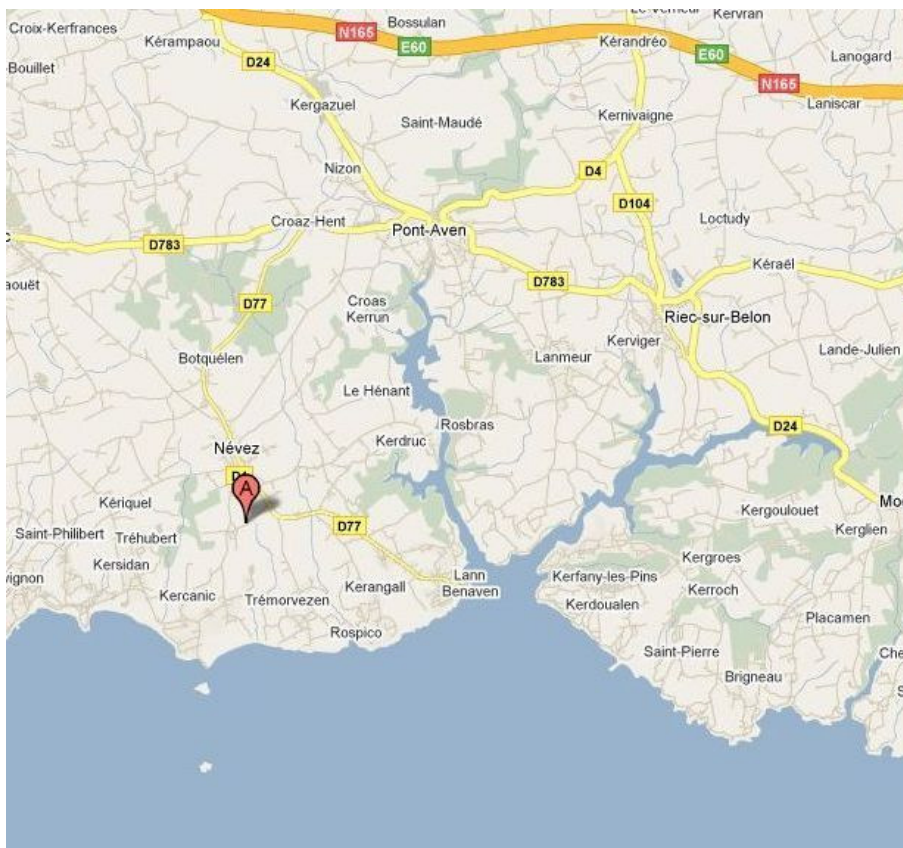
Sabine Metzlé : 01 41 12 94 82 sabine.metzle@yahoo.fr

Amicalement

le président : **Charles-Henri Guillon**

Comment se rendre à Port-Manech.

Par la route :



A partir de la N186 direction Pont-Aven, puis prendre la D77 direction Névez, continuer jusqu'à Lann-Benaven.

Par le train :

Train jusqu'à Quimperlé (possibilité de navette 10€ aller-retour. Préciser l'heure d'arrivée. Co-voiturage possible).

**Stage animé par Sabine METZLE
du 26 juin au 1 juillet 2010**

A Port-Manech

Je soussigné(e)

Nom : Prénom :

(en majuscules)

Adresse :

Code postal : Ville :

N° téléphone : Email :

Je désire partager ma chambre avec :

Je désire une chambre individuelle (dans la limite des chambres disponibles avec un supplément de 65€).....

Ronfleur : oui non

Moyen de transport : Voiture train heure d'arrivée

***Joindre un chèque de 260 € (plus 65€ si chambre individuelle)
à l'ordre de "Association de Taichi Chuan de Paris"***

Date et signature.

Inscrivez- vous avant le 24 avril 2010

**A nous remettre pendant les cours ou à envoyer avant le 24 avril 2010 à :
Colette Henrion 55 rue Lacordaire 75015 PARIS**