

STAGE TAICHICHUAN

sous la direction de Maître ZHANG Xiao Yan

Samedi 21 mars 2020

de 10H à 17H30

Dans le Taiji, tous les mouvements sont circulaires et fluides.

Le mouvement lui-même est un cercle sans commencement ni fin, sans interruption. Autour d'un axe, les techniques s'articulent en cercle, corps, bras, mains, ... en unité.

Pour le tuishou, le principe est le même, on peut absorber la poussée grâce au mouvement circulaire et on renvoie l'énergie dans le même mouvement selon les principes du yin et du yang.

De nombreux pratiquants lui substituant la ligne droite, je vous propose durant cette journée, de progresser dans ce domaine à l'aide de nombreux exercices et éducatifs.

TOUS NIVEAUX

Lieu : Gymnase Charles Rigoulot

18 avenue de la Porte Brancion – 75015 PARIS

Métro : Ligne 13 (station Porte de Vanves) Tramway T3a (arrêt : Porte de Brancion)

Tarifs : Adhérents de l'école : 50 euros

Extérieurs : 60 euros

Renseignements : 06 07 49 01 77



FICHE D'INSCRIPTION

Stage Maître ZHANG Xiao Yan

Samedi 21 mars 2020

NOM ⁽¹⁾ :

PRENOM ⁽¹⁾ :

ADRESSE MAIL ⁽²⁾ :@.....

(**Uniquement pour les personnes extérieures à l'école**)

(1) à remplir en lettres capitales