

STAGE TAICHICHUAN

sous la direction de Maître ZHANG Xiao Yan

Samedi 1er décembre 2018

de 10H à 17H30

LA CONSCIENCE DU MOUVEMENT

En occident, nous avons trop tendance à nous fier au mental et à nous couper des sensations qui viennent du corps.

Le taichichuan est un art interne qui demande un état d'attention, d'ouverture et de calme dans la pratique permettant de développer une présence à soi-même.

Durant cette journée, à l'aide d'exercices simples, je vous propose, dans cet objectif, de laisser votre corps être votre guide.

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 : 45 euros

Extérieurs : 55 euros

Renseignements : 06 07 49 01 77



FICHE D'INSCRIPTION

Stage Maître ZHANG Xiao Yan

Samedi 1er décembre 2018

NOM ⁽¹⁾ :

PRENOM ⁽¹⁾ :

ADRESSE MAIL :@.....

(Uniquement pour les personnes extérieures à l'école qui souhaitent recevoir les informations de stages)

(1) à remplir en lettres capitales