



Stage d'été 20-21 Juillet 2024

Qi gong du Dragon et du Tigre Samedi 20 Juillet 9h30-12h30
Etude détaillée, pratique et enchaînement des 7 mouvements énergétiques

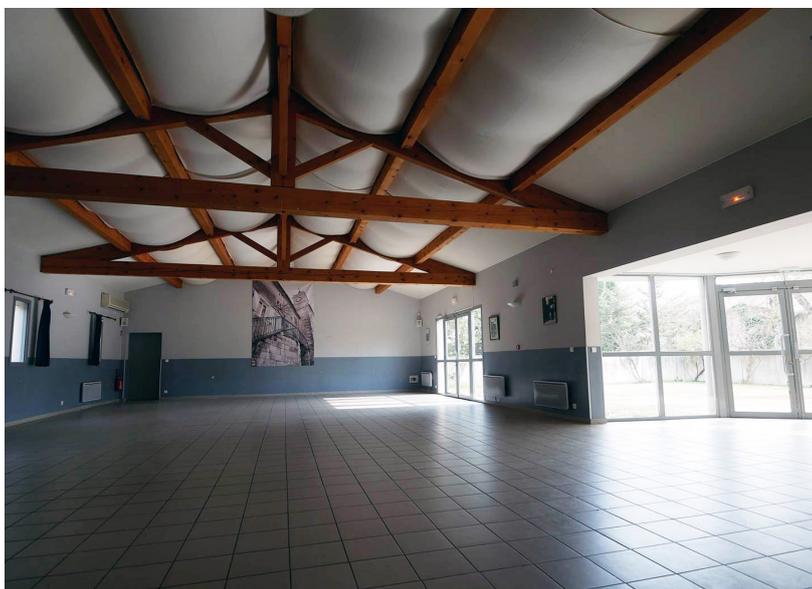
Tai ji quan style Wu Samedi 20 Juillet 15h-18h
Nei gong, étude et pratique de la forme solo

Tai ji quan style Yang Dimanche 21 Juillet 9h30-12h30
Forme solo, Ding bu quan, San shou et poussées des mains

Tai ji quan style Yang Dimanche 21 Juillet 15h-18h
Pratique des formes au sabre et à l'épée

Lieu Parc et salle polyvalente d'Arpaillargues, route d'Uzès, ouverture de la salle à 9h15
La salle est à gauche sur le parking devant la pharmacie, le parc de l'autre côté de la route
Pratique dans le parc le matin et salle climatisée l'après midi, selon météo
Journée : prévoir le nécessaire pour une bonne pause, possibilité de prendre son repas sur place

Tarif 30€ par demi journée, 50€ la journée



Inscription
par mail ou sms

Laurence et Yves Jean Linares
06 63 84 02 64
contact@lefildesoie.fr