



JOURNÉE ANNUELLE DE DÉCOUVERTE DES ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS TAI CHI & QI GONG & TUI SHOU & BAGUA ...



DRAGONS & Cie
www.dragonsetcompagnie.ovh

Dimanche 15 juin 2025 de 9h30 à 18h à **Saint Jean de Boiseau (44)**

Complexe sportif des Genêts, 8 rue Pierre Mendès France

09H30 : ACCUEIL

10H00 : ATELIERS 1

- Position de l'arbre zhàn zhuang : Frédéric Sourice
- Épée Taiji jian : Antonio Breze
- Bagua zhang : Nicolas Jullien

11H00 : ATELIERS 2

- Travail sur les articulations : Florian Gillard
- Sabre Taiji : Frédéric Sourice
- Taijiquan style ancien : Antonio Breze

12H00 : PAUSE REPAS (apportez votre pique-nique)

- Passage «étapes» de l'école (inscription préalable nécessaire)

14H00 : ATELIERS 3

- Zi ran men : Béatrice Leray
- Canne Wuji : Emmanuel Monnereau
- Taijiquan style Wu : Bruno Mallet

15H00 : ATELIERS 4

- Nage du dragon et mouvement ondulatoire : Nicolas Jullien
- Bâton Taiji gun: Florian Gillard
- Petit San-Shou: Georges Saby

16H00 : ATELIERS 5

- Déplacement et esquive : Antonio Breze et Emmanuel Monnereau
- Tui-shou : Nicolas Jullien et Frédéric Sourice
- Étirements : Florian Gillard

17H00 : FORME YANG CHEN FU

17H30 : POT DE L'AMITIÉ



Ouvert à tous - Gratuit - Pique-nique - Passage d'étapes

Pour des informations supplémentaires :
MONNEREAU Emmanuel - 06.14.42.91.77
manu.monnereau@gmail.com

Pour les inscriptions aux "étapes" :
JULLIEN Nicolas
ecoledumouvementinterne@orange.fr