

TAÏCHI CHUAN EN PAYS BLANC

太

极

拳

11, 12 juillet

MESQUER

(Proche Guérande)

Programme :

Nous pratiquerons le grand enchaînement en 108 mouvements en y intégrant des Principes tels que l'axe central, l'enracinement, la relaxation, ainsi que l'axe Terre-Homme-Ciel afin de développer une qualité de mouvement propice à la libre circulation de la Vitalité Qi.

Pratique du sabre et du Tuishou (poussée des mains).

Lieu : Le stage se déroulera en plein air dans les marais salants. Site du Rostu.

(Salle de la Gambade, mairie de Mesquer en cas de mauvais temps)

Horaires : 09h00-12h00 / 17h-18h30

Tarif : 120 € - possibilité de venir à la journée : 65 €/jour

Nombreux hébergements à proximité - www.mesquer-quimiac.com.

STAGE OUVERT À TOUS

Animé par **Nicolas JULLIEN**

Informations complémentaires :

Nicolas JULLIEN

06 70 44 28 96

ecoledumouvementinterne@orange.fr

