

# STAGE DE TAÏCHI CHUAN

太  
极  
拳

06-10 juillet

REZÉ

(agglomération nantaise)

太  
极  
拳

## 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 :** Parc de la Morinière, bords de Sèvre, Rezé.  
(Salle 37 rue de Coulmiers, Nantes en cas de mauvais temps)

**Horaires :** 09h00-12h00, 13h15-15h00 (*Tuishou*).

**Tarif :** 240 € les 5 jours

**Possibilité de venir à la journée :** 60 €/jour r

Prévoir de quoi déjeuner sur place (bancs, pelouses)



## STAGE OUVERT À TOUS

Animé par **Nicolas JULLIEN**  
(diplômé FFwushu)

Informations complémentaires :  
**Nicolas JULLIEN**  
**06 70 44 28 96**  
ecoledumouvementinterne@orange.fr

