

Tai Ji Quan & Bâton

Stage 14-16 juin 19

Tous
niveaux

ASSOCIATIONS ARTAA Et Tai CHI DU BOCAGE

Sites : <http://www.taijitaq.org> et <https://www.taichidubocage.com>

Aussi pour
les +
débutants ☺

**A GOUVILLE
SUR MER
MICHEL
DUSSAUCHOY
5° Duan
WUSHU NEI
Jia
PROFESSEUR
DIPLOMÉ
FFWUSHU**

Infos

Inscriptions au 06 32 98 10 54 ou
Mail :
taichidubocage@wanadoo.fr
Yolande Lemoine

Vendredi*	samedi	dimanche
18h-20h	9h30-12h	9h30-12h
Tai Chi	Bâton tous niveaux	Bâton niveau + avancé

Tai Chi

Explorer des thématiques et les intégrer dans les marches de base, les techniques et l'enchaînement: Préparation et fin d'un mouvement - Les 4 temps du souffle/Les respirations - La question des transitions - Pas rapides et déplacements - Sons/voix - Variations sur les paramètres gestuels - Images mentales/ espace/créativité. * le vendredi soir A Coutances les élèves du vendredi voir fiche tarif

Bâton Long

Les 13 cercles de base avec applications - San gun des 13 cercles -
Enchaînement longue forme initiation et perfectionnement - Découverte forme rapide.

30 € par
séance.
½ tarifs
voir
conditions