

# TAI JI QUAN

## Le Tai Chi du Bocage



Tai Ji  
Quan  
École Yang

Bâton long  
Épée

### Cours au choix Coutances et Gouville-sur-Mer

Forme en 108 mouvements 3 parties  
Forme des 8 portes

- ★ Préparation dynamique
- ★ Gymnastique taoïste – Postures
- ★ Pratique en duo - méditation

Avec Yolande Lemoine Ou Pascale Piette  
Diplômées FFWushu – **Reprise des cours le 19/09**  
(Élèves de Michel Dussauchoy Champion de France et d'Europe)

Mercredi	19h- 20h15	Les Unelles salle Parquet	Tai Ji Quan Forme longue	Étude 2° partie - Perfectionnement 1° partie
	20H30- 21h30		Épée du Tai Ji	Tous niveaux 1 mercredi sur 2
Jeudi	18h15- 19h30	Gouville sur Mer La Filature	Tai Ji Quan Forme courte	Tous niveaux Étude forme des 8 portes
Vendredi	17h-18h15	Les Unelles Salle de danse	Tai Ji Quan Forme longue	Découverte 2° partie - Etude, perfectionnement 1° partie
	18H30-20H			Etude 3° partie- Perfectionnement 1°et 2° partie
Samedi	9H30-11H	Gouville-sur-Mer La Filature	Bâton long du Tai Ji	Tous niveaux 1 samedi sur 2

Tarifs à partir de 120€/an - Forfaits dégressifs -  
Tarif réduit minima sociaux - Assurance obligatoire  
INSCRIPTIONS 02 33 45 82 00 ou mail [taichidubocage@wanadoo.fr](mailto:taichidubocage@wanadoo.fr)