

Stage bâton long-Tai Ji Gun Tous niveaux

Du 10 au 13 novembre 16



**Michel
DUSSAUCHOY**
Champion de France et
d'Europe
5^e duan de Tai Ji Quan

A Gouville sur Mer (50) - à 10 mn de Coutances - Normandie
Formule avec hébergement sur place - Gîtes de la Filature



Programme

12 heures de pratique

Jeudi : 17H30/19H30
Vendredi et samedi :
10H/12H - 15H30/ 17H30
Dimanche : 9H30/ 11H30

- 1° / Les 13 cercles de base
 - Etude statique/ dynamique/applications martiales
 - Taolu des 13 cercles
 - Les 13 cercles enchaînés à 2 (forme longue de bâtons collants)
- 2° / Forme longue en 3 parties : initiation et perfectionnement
- 3° / Initiation à la longue forme rapide

Stage + 3 nuits en gîtes : 230€
Stage seul : 150€ stage complet
Ou séance de 2 heures : 30€
!Réservation gîtes avant le 31 mai

Inscriptions - infos : 06 32 98 10 54 - mail : taichidubocage@wanadoo.fr
Site internet : www.taijitaobao.org
Associations LE TAI CHI DU BOCAGE (Yolande LEMOINE) & ARTAA

