



STAGES – QI GONG SAISON 2018/2019

Association TUNG'S TAI CHI CHUAN – VOIRON depuis 1979

Les stages permettent d'approfondir la connaissance du Qi Gong de l'Association Internationale Chinoise du Qi Gong Pour La Santé (Université des Sports de Pékin), de s'approprier la relation à soi par la pratique de la gestuelle (des douze méthodes Dao Yin, Yang, Sheng Gong), souple fluide et sans effort, et de progresser.

Vendredi 16 novembre 2018 1 ^{ère} partie du Ba Duan Jin	18h00-20h30	Pôle de Vouise Grande Salle – "Bassoli"
Samedi 17 novembre 2018 2 ^{ème} partie du Ba Duan Jin	9h00-12h00	Pôle de Vouise Grande Salle – "Bassoli"
Samedi 17 novembre 2018 approfondissement du Ba Duan Jin	13h30-16h00	Pôle de Vouise Grande Salle – "Bassoli"

*Stage de Qi Gong de Santé avec Madame REN PING SU-GOARZIN,
experte fédérale 6^{ème} duan, diplômée de l'Université des Sports de Pékin*

Participation : 1 séance 30€

2 séances 50€

3 séances 70€

Non adhérents au club : + 13€

Samedi 1 décembre 2018 révision du Ba Duan Jin ~ exercices préparatoires du Wu Qin Xi (les Cinq Animaux)	9h00-11h00	Salle des Prairies
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	---------------------------

Samedi 9 février 2019 méditation (respiration) ~ 1 ^{ère} partie du Wu Qin Xi (les Cinq Animaux)	9h00-11h00	Salle des Prairies
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	---------------------------

Samedi 6 avril 2019 13 avril méditation (respiration) ~ 2 ^{ème} partie du Wu Qin Xi (les Cinq Animaux)	9h00-11h00	Salle des Prairies
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	---------------------------

Samedi 15 juin 2019 8 juin méditation debout (l'arbre) ~ exercices préparatoires du Liu Zi Jin (les Six Sons)	9h00-11h00	Salle des Prairies
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	---------------------------

Participation aux stages : 20€

Prise en charge partielle du club pour la participation à 3 stages consécutifs (le troisième stage est offert par l'association, une seule fois par adhérent par saison)

-
- salle des prairies : 16 avenue François Mitterrand – Voiron
 - pôle de Vouise : Avenue du 8 mai 1945 – Voiron

Inscription obligatoire auprès de Daniel CARRIAU une semaine à l'avance. Merci