

# TAI CHI CHUAN

Art martial interne chinois

Lent  
Rapide  
Travail à  
deux



Sabre  
Epée  
Bâtons

# QI GONG

Art énergétique chinois

BA DUA JIN  
YI JIN JING  
LUI ZI JIN



WU QIN XI  
MA WANG  
DUI  
DA WU

## **L'association est affiliée à la Fédération des Arts Énergétiques Martiaux Chinois (FAEMC).**

Notre objectif principal est d'apporter au travers du TAI CHI CHUAN et du QI GONG des éléments de réponses en termes de bien-être et d'harmonisation des énergies yin et yang.

Les techniques enseignées s'adressent à tous quel que soit l'âge, le « niveau » physique ou la souplesse. Elles permettent de développer la respiration profonde, fortifier le corps et reposer le mental.

Depuis 1979, année de sa création, l'association propose :

- Des cours hebdomadaires
- Des stages mensuels ouverts à tous
- Des rencontres trimestrielles TAI CHI CHUAN et QI GONG
- Un stage estival et résidentiel d'une semaine

### Enseignants

- Daniel CARRIAU  
*Notre référent, diplômé d'état*
- Françoise MALFAIT  
*Certificat Qualification Professionnelle ; Titulaire du tronc commun du brevet d'état d'éducateur sportif*
- Agnès VALENTIN-CHEMAIN  
*Enseignante en Tai Chi depuis 2013, nombreux stages et formations auprès de Grand Master TUNG KAI YING et Master TUNG CHEN WEI*
- Annie ROLLIN  
*Instructrice en méditation*

### Contacts

- Site : **[www.taichivoiron.fr](http://www.taichivoiron.fr)**