

STAGE avec Thierry BAE

Le samedi 18 Mai 2019 et le dimanche 19 Mai 2019

LIEU DU STAGE :

Salle de Judo de Bompas
16 rue Aristide Maillol, 66430 BOMPAS

HORAIRES DU STAGE :

le samedi de 15 h à 18 h
le dimanche de 9 h 30 à 12 h 00
et le dimanche de 14 h 00 à 16 h 30
(pauses thé, café, chocolat ..., prévues)

PROGRAMME DU STAGE :

Pratique autour de la forme du Tai Chi, avec explications sur les principes du Tai Chi (Bassin, dos, épaules, Kuas, déplacements, yin yang, respiration etc...) avec explications détaillées des mouvements et des applications martiales.

le samedi après-midi :

Travail autour de la première partie (Tous niveaux)

le dimanche matin :

Travail autour du début de la deuxième partie (Tous niveaux, les débutants pourront ainsi découvrir le début de la deuxième partie)

le dimanche après-midi :

Travail autour de l'ensemble de la deuxième partie (Praticquants ayant déjà travaillé en cours hebdomadaires, sur la deuxième partie)

BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM :

PRENOM :

TEL :

E-mail :

Frais de participation :

- Le samedi après-midi et le dimanche toute la journée..... **80 €/personne**
non adhérents à l'association TAI CHI ENERGIE 85 €/personne
- Le samedi après-midi et le dimanche matin **60 €/personne**
non adhérents à l'association TAI CHI ENERGIE 65 €/personne
- Possibilité de participer au samedi après-midi seul ou au dimanche matin..... **30 €/personne**
non adhérents à l'association TAI CHI ENERGIE 35 €/personne

(Paiement par chèque, à l'ordre de Tai Chi Energie. Le chèque sera encaissé après le stage.)

Inscription à envoyer à :

Association Tai Chi Energie,
14 rue du Carlit
66430 BOMPAS.

Nous travaillerons dans la salle de Judo (Tatamis). Il est préférable d'avoir des chaussures plates ou de pratiquer pieds nus ou en chaussettes.