



Stage de Taïchi Chuan

style Yang traditionnel

lignée Yang Sau Chung



Avec M. Bruno ROGISSART

de l'Académie de Taïchi Chuan de style Yang traditionnel



太極拳

Dates : 5, 6, 7 mars 2010

Organisation : La Voie du Mouvement

Lieu : MJC Bonneterre,
46 cours Damidot, 69100 Villeurbanne

Objectifs

Les stages s'adressent à tous les niveaux : débutants, avancés, adhérents à l'association La Voie du Mouvement, membres ATCSYT...

Pour un bon déroulement des journées, ces dernières sont réparties selon les niveaux suivants :

Débutants complets et participants d'autres écoles	Participants de nos cours hebdomadaires de Taichi Chuan <i>(pour le dimanche nous consulter)</i>	Participants des écoles membres de l'ATCSYT
- vendredi <i>ou</i> - vendredi et samedi	toutes les combinaisons : vendredi <i>et/ou</i> samedi <i>et/ou</i> dimanche	

Ces stages sont l'occasion d'apprendre directement au contact de M. Bruno Rogissart, référence de notre enseignement. Ils permettent aux participants d'aborder les différents aspects et principes techniques du Taichi Chuan de style Yang traditionnel, transmis par M. Rogissart et dans la lignée de Maître Yang Sau Chung.

Le programme est adapté aux participants. Une pratique plus intensive sous forme de stage en week-end offre la possibilité de mieux retenir les mouvements et aussi d'apprendre, de progresser et d'approfondir quelque soit son niveau.

La participation à de nouveaux stages amène en effet à chaque fois la possibilité d'affiner et d'aller plus loin dans les apprentissages.

Chaque stage s'ouvre sur 2 axes principaux :

Découverte

Par une pratique dirigée, les participants découvriront progressivement les différentes parties de la forme du Taichi Chuan de style Yang traditionnel qu'ils ne connaissent pas.

Approfondissement

Les pratiquants avancés progresseront dans la forme des 108 mouvements, la forme à l'épée et les exercices de l'école Yang (voir programme) en apprenant de nouvelles subtilités par une pratique approfondie.

NOTA

Les différents modules sont accessibles dans l'ordre suivant : forme des 108 mouvements (1^{ère} partie, 2^{ème} partie, 3^{ème} partie), puis forme à l'épée.

Pour les différentes possibilités de participation*,
merci de vous reporter à la page précédente

* le fractionnement du samedi et du dimanche en demi-journées n'est pas possible

Organisation et Contacts

Association La Voie du Mouvement, 189 rue Duguesclin, 69003 Lyon (adresse postale)

☎ 06.73.18.25.08 ou 06.79.39.13.59 Site www.lavoiedumouvement.net

Programme

VENDREDI *Soirée*

18h00-21h00

1^{ère} et 2^{ème} parties
Postures Taiji Zhuang Gong
Gym taoïste en 24 mouvements
Tuishou (*poussée des mains avec partenaire*)

太極拳

SAMEDI *Journée entière*

10h00-12h00

Pratique commune

1^{ère} et 2^{ème} parties; postures Taiji Zhuang Gong; gym taoïste en 24 mouvements; tuishou

12h00-13h00

Groupe 1

Répétition

Groupe 2

3^{ème} partie

Pause déjeuner de 13h00-14h30 (vous pouvez ramener votre pique-nique)

14h30-16h30

Pratique commune

1^{ère} et 2^{ème} parties; postures Taiji Zhuang Gong; gym taoïste en 24 mouvements; tuishou

16h30-17h30

Groupe 1

Répétition

Groupe 2

Epée

DIMANCHE *Journée entière*

09h00-11h00

Pratique commune

1^{ère} et 2^{ème} parties; postures Taiji Zhuang Gong; gym taoïste en 24 mouvements; tuishou

11h00-12h00

Groupe 1

Répétition

Groupe 2

3^{ème} partie

Pause déjeuner de 12h00-13h00 (vous pouvez ramener votre pique-nique)

13h00-15h00

Pratique commune

1^{ère} et 2^{ème} parties; postures Taiji Zhuang Gong; gym taoïste en 24 mouvements; tuishou

15h00-16h00

Groupe 1

Répétition

Groupe 2

Epée

Bulletin d'inscription

Je m'inscris au stage de Taïchi Chuan suivant : week-end du 5, 6, 7 mars 2010

NOM _____ Prénom _____

Date de naissance _____ Adresse _____

Code postal _____ VILLE _____

EMAIL _____ Tél. _____
(majuscules svp)

Quelles sont vos connaissances préalables (si enseignement selon M. Bruno Rogissart) :

1^{ère} partie de la forme 2^{ème} partie 3^{ème} partie Epée **Sinon** je suis débutant(e) j'ai fait une autre école

Veuillez cocher <u>la case</u> correspondant au jour et tarif vous concernant. N.B : débutants complets et participants d'autres écoles uniquement : - vendredi soir <i>ou</i> - vendredi soir + samedi	<u>NON MEMBRE</u> 3€ en plus des tarifs ci-dessous pour l'adhésion annuelle à l'association « La Voie du Mouvement »		<u>MEMBRES</u> • inscrits aux cours hebdomadaires de l'association saison 2009/2010 • participants à un stage (Qi Gong ou Taïchi Chuan) depuis octobre 2009 <i>les membres sont dispensés des 3€ supplémentaires</i>
	Tarif normal	Tarif réduit*	
<i>vendredi soir</i>	<input type="checkbox"/> 30 €	<input type="checkbox"/> 25 €	
<i>samedi</i>	<input type="checkbox"/> 55 €	<input type="checkbox"/> 50 €	
<i>dimanche</i>	<input type="checkbox"/> 55 €	<input type="checkbox"/> 50 €	
<i>vendredi soir + samedi</i>	<input type="checkbox"/> 75 €	<input type="checkbox"/> 70 €	
<i>vendredi soir + dimanche</i>	<input type="checkbox"/> 75 €	<input type="checkbox"/> 70 €	
<i>samedi + dimanche</i>	<input type="checkbox"/> 95 €	<input type="checkbox"/> 90 €	
<i>vendredi soir + samedi + dimanche</i>	<input type="checkbox"/> 120 €	<input type="checkbox"/> 115 €	

*Tarif réduit réservé aux :

- ↳ inscrits aux cours hebdomadaires saison 2009/10 de l'association « La Voie du Mouvement »
- ↳ étudiants, demandeurs d'emploi (joindre 1 copie du justificatif daté de moins de 3 mois)
- ↳ couples : *tarif par personne, valable quand 2 conjoints s'inscrivent à la même formule*
1 bulletin d'inscription par personne

NOM Prénom de votre conjoint(e) _____

Veuillez retourner ce bulletin d'inscription avant le stage à La Voie du Mouvement, 189 Rue Duguesclin, 69003 LYON, accompagné de votre règlement par chèque bancaire à l'ordre de « La Voie du Mouvement ». Aucun remboursement n'est possible pour tout désistement à partir de 10 jours avant la date du stage. Nous déclinons toute responsabilité en cas de vol ou de détérioration des objets personnels sur le lieu du stage.

J'ai pris connaissance des informations et conditions ci-dessus et les accepte.

Lieu, Date

Signature