

Thèmes du Stage

13-18 Avril 2024 - stage ouvert à tous

Laojia Yi Lu (1ère Forme Traditionnelle) 老架一路 : c'est un enchaînement de 76 mouvements. Tous les principes du Tai Chi (Taiji) 太极 y sont richement exprimés : énergie interne et intentions, Yin et Yang, vide et plein, spirales, centrage, harmonie, unité ...

Tuishou /La poussée des mains à pas fixes 定步推手 (travail à deux) :

c'est l'art de s'adapter et de se façonner soi-même pour mieux fusionner avec les actions du partenaire, et maintenir l'ouverture à tout ce qui se passe dans l'instant présent.

20-25 Avril 2024 - stage niveau avancé

Laojia Er Lu (2ème Forme Traditionnelle) 老架二路 : c'est un enchaînement de 44 mouvements. Alternance de lenteur et rapidité, de souplesse et force, c'est une belle forme dynamique et énergisante.

Tuishou/La poussée des mains à pas mobiles 活步推手 (travail à deux) : ressentir la détente du corps et de l'esprit, s'ancrer, percevoir et exprimer l'énergie interne d'une manière subtile, avoir un retour d'informations du partenaire et comprendre le vrai sens de l'équilibre.

D'une manière générale, ces stages sont recommandés :

- Aux pratiquants de Qi Gong et de Tai Chi tous styles
- Aux professeurs d'Arts Martiaux chinois, japonais, vietnamiens...
- Aux thérapeutes qui cherchent à fortifier leur champ d'énergie
- A tous ceux qui sont à la recherche d'arts anciens du bien-être

Renseignements - inscriptions

secretariat@lagrueblanche.com

www.lagrueblanche.com

06.04.44.42.58



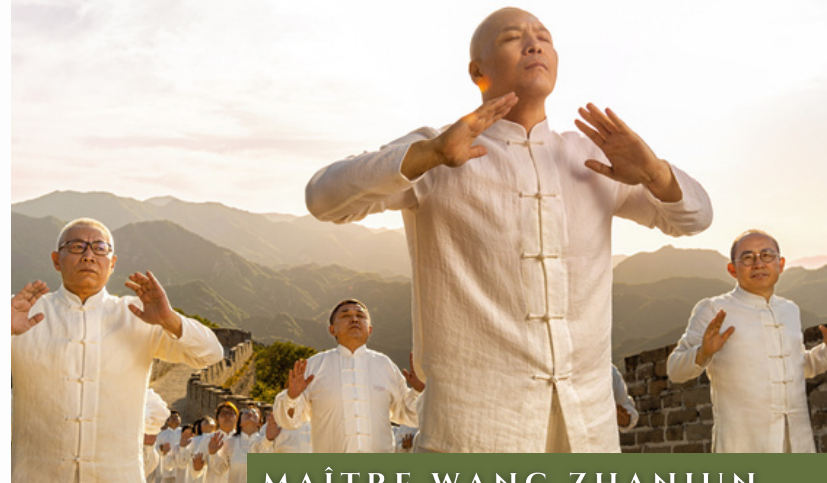
SCANNEZ MOI

www.lagrueblanche.com

GRAND STAGE

以武入道 ENTRER DANS LE TAO

TAI CHI STYLE CHEN



MAÎTRE WANG ZHANJUN

13-18 avril 2024 - Laojia Yi Lu et Tui Shou

20-25 avril 2024 - Laojia Er Lu et Tui Shou

Gymnase du Lycée Horticole de Dardilly 69570

INSCRIPTION

www.lagrueblanche.com

06.04.44.42.58



SCANNEZ MOI

Maître WANG Zhanjun

Maître Wang Zhanjun fait partie des chefs de file de la nouvelle génération des arts martiaux chinois. Il enseigne actuellement le Tai Chi à la prestigieuse Université des Sports de Beijing.

Ayant commencé la pratique du Tai Chi à l'âge de 4 ans sous la guidance de son père, le grand Maître WANG Xi'an, il remporte à l'âge de 14 ans le championnat de Tai Chi du Henan. A 22 ans, il fonde son école de Tai Chi à Chen Jiagou, village considéré comme le berceau du Tai Chi Chuan, où il forme chaque année des centaines de professeurs.

Chercheur spirituel très avancé, son travail représente à la fois l'énergie et la sérénité, l'efficacité martiale et la santé. Il sait transmettre l'art interne du Tai Chi avec simplicité, générosité et modernité. Selon lui, la pratique du Tai Chi consiste avant tout à «unifier le corps et l'esprit et à entrer dans le Tao».

Frais pédagogiques

480 € Stage complet de 6 jours.

840 € Stage complet de 12 jours.

90 €/jour.

Les inscriptions au Stage complet (1 à 2 semaines) sont prioritaires. 90 € à l'inscription à chaque semaine/thème, paiement du solde sur place.

Inscription en ligne

Rendez-vous sur notre site www.lagruablanca.com, cliquez sur INSCRIPTION. Une fois le formulaire rempli et le paiement de 90 € validé (par système sécurisé MONETICO), vous recevrez la confirmation automatique. Si inscription partielle, merci de nous envoyer un email pour nous informer des jours de votre présence.

Attention : les inscriptions à la semaine complète sont prioritaires. Si annulation de votre part, le montant payé à l'inscription ne peut pas être remboursé. En cas de force majeure et sur présentation de justificatif, il est possible de le reporter à un autre stage.

Lieu du stage

Gymnase du Lycée Horticole de Dardilly, chemin de la Brocardière, 69570, Dardilly

Comment venir sur le lieu de Stage ?

Situé à 10 kms du centre de Lyon, l'accès est facile par l'autoroute ou par des transports en commun.

Par autoroute : venant de Lyon par A6 direction Paris, prendre la sortie 34. Venant de Paris par A6 direction Lyon, prendre la sortie 34.

En train : Gares Lyon Perrache (10 km), Lyon Part-Dieu (15km), Lyon Vaise (8 km).

En avion : Aéroport Lyon St-Exupéry (43 km)



Hébergement

Camping Indigo **** à la porte de Lyon, 69570 Dardilly
<https://www.campinglyon.com/> Camping ou location de chalets sur un beau parc naturel de 6 hectares.
Plusieurs hôtels, airbnb, gites aux alentours.



www.lagruablanca.com

