

Stage Cheng Ming France

QiGong, Tai Chi, Boxes Internes Chinoises



DATES ET LIEU :

Ce stage se déroulera du 01 au 04 juillet 2021 à St Germain au Mt d'Or (près de Lyon).

Chaque journée sera composée des trois sessions suivantes :

7h30 à 8h45 **Nei Gong - Qi Gong**
 10h00 à 13h00 **Tai Chi Chuan ou Xing Yi Chuan et Bagua Zhang**
 17h00 à 20h00 **Tai Chi Chuan ou Xing Yi Chuan et Bagua Zhang (sauf dimanche) / Nei Gong - Qi Gong (dimanche)**

Les sessions de Qi Gong du matin se dérouleront au parc, celles du dimanche soir dans le jardin de Françoise et Jc (repli au dojo si besoin). Toutes les autres sessions de trois heures prendront place exclusivement au dojo (6 rue du lavoir 69650 St Germain au Mont D'or),

PUBLIC :

Ce stage est accessible à toutes et tous quel que soit le niveau de pratique.

- Ceux qui découvrent s'apercevront très vite que la pédagogie de l'école Cheng Ming est basée sur une progression respectueuse de l'intégrité de la personne ; ils pourront aborder le travail énergétique ou martial avec plaisir et en toute sérénité
- Les débutants sont les bienvenus et auront un programme spécifique basé sur l'expérimentation des principes et la découverte des différentes disciplines.
- Les plus confirmés trouveront dans les différents ateliers de quoi enrichir leur pratique énergétique et/ou martiale.

INTERVENANT :

Le stage sera animé par Paolo Magagnato expert reconnu (Maître (Sifu) au sein de l'Ecole Cheng Ming International) et apprécié pour ses qualités techniques, la connaissance profonde et étendue de ce qu'il transmet, sa pédagogie du mouvement ainsi que pour sa disponibilité, sa gentillesse et par-dessus tout la générosité de son enseignement

PROGRAMME :

DATES & LIEUX D'ENTRAÎNEMENT	7h30-8h45	10h00-13h00	17h00-20h00
ATTENTION 2 LIEUX D'ENTRAÎNEMENT	Parc des Gorges d'enfer (repli au dojo si pluie)	Dojo ATEMI, 6 rue du lavoir	Dojo ATEMI, 6 rue du lavoir
jeudi 1 juillet	QI GONG /NEI GONG	XING YI / BAGUA	TAI CHI CHUAN
vendredi 2 juillet	QI GONG /NEI GONG	TAI CHI CHUAN	XING YI / BAGUA
samedi 3 juillet	QI GONG /NEI GONG	XING YI / BAGUA	Tui shou, formes et travail libre sur pas fixe et pas mobile
dimanche 4 juillet <i>attention 2 sessions possibles le soir dans le jardin de Françoise et JC</i>	QI GONG /NEI GONG	TAI CHI CHUAN	17h00 - 18h15 QI GONG /NEI GONG 18h30 - 19h45 QI GONG /NEI GONG



Je renvoie ma fiche d'inscription accompagnée du chèque correspondant au total des ateliers à :
ATEMI Mt D'OR- 6 RUE DU LAVOIR- 69650 ST GERMAIN AU MONT D'OR

Je me pré inscris en revoyant mon inscription
atemimontdor@gmail.com

Les chèques ne seront encaissés qu 'après le stage