




TAÏJI QUAN

2010/2011

Professeur / animateur Rolland VASSEUR	Référente Carole DUBRAY
Objectifs	Photos / programme / descriptifs
<p>Initiation à la pratique du Taiji Quan. Le Taiji Quan est un art du corps et de l'esprit, enraciné dans les Arts de Tradition Martiale et les pratiques traditionnelles d'entretien de la santé. Fondé sur la subtile dynamique du Yin et du Yang, l'Art du Taiji Quan est en toute chose de ne rien séparer mais d'unir la puissance et la souplesse, la vitalité et le calme.</p>	
Contenu des cours	
<p>Apprentissage de la forme longue (108 mouvements). Initiation aux points particuliers favorisant une meilleure circulation de l'énergie vu des applications au Taiji Quan. .</p>	
Matériel fourni	
Jours et horaires et fréquence	Tarifs
<p>Adultes : vendredi de 19h30 à 21h, débutants vendredi de 20h à 21h30, confirmés 30 séances par an pour chaque niveau</p>	<p>Adultes : 177€(Boissy) – 195€(extérieurs) Règlement échelonné par trimestres : 3 fois 59 € / 65 €+ adhésion MPT 16€ sur le 1^{er} règlement</p>
Calendrier des séances pour 2010/2011	
<p>Tous les vendredis sauf vacances scolaires. Les dates des stages complémentaires ne sont pas encore établies.</p>	
Conditions	
Nombre de participants mini : 10	maxi : 20