

Atelier Tai Ji Bang



Centre ShenYu
Domaine du bois des perruches
27950 Boisset-Hennequin

Accès : Par l'A13, sortie Vernon
(à 5 minutes de la sortie de l'autoroute)

Le dimanche 20 mars 2022 de 9 h à 12 h et de 14h à 17 h

Programme :

- Auto-massages et exercices respiratoires avec le bâtonnet de longévité
- Enchaînement taoïste dynamique avec le bâtonnet de longévité
- Marches de santé avec le bâtonnet de longévité
- Théorie

Tarif : **80€** (+20€ pour les personnes extérieures à l'association LA FONTAINE DE BAMBOU)

Prévoir :

- Un bâtonnet de longévité ; si vous n'en possédez pas, nous pouvons en prêter un avec possibilité d'achat à l'issue de l'atelier (15€)
- Une tenue souple et confortable et des chaussures de pratique (une paire pour l'intérieur et une paire pour l'extérieur)
- Un shogi ou un zafu (à défaut un tabouret)
- De quoi noter
- Votre repas froid du midi (bouilloire et four à micro-ondes à disposition sur place)

Cet atelier sera animé par Joël Carthery, enseignant diplômé de l'Union Pro Qi Gong et élève de Pierre Lagorce et de Gérard Edde.

Contact : 06 83 61 20 04 ; joel.carthery@gmail.com

La **F**ontaine
de Bambou

FICHE D'INSCRIPTION

à retourner à :

LA FONTAINE DE BAMBOU

9 rue du Veaugroult

76520 Saint Aubin Celloville

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Adresse mail :

Je m'inscris pour le stage de Tai Ji Bang organisé par LA FONTAINE DE BAMBOU le 20 mars 2022 au Centre ShenYu.

Ci-joint un acompte de 30% correspondant aux frais pédagogiques du stage, soit 24€. Chèque à l'ordre de LA FONTAINE DE BAMBOU.

Cotisation de 20€ pour les personnes extérieures à l'association.

Date

Signature