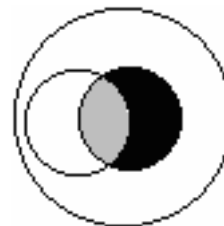




CHEN YUN CHING



CERCLE DES ARTS MARTIAUX
DE L'ÉCOLE CHEN PAN LING

STAGE D'ARTS MARTIAUX CHINOIS OUVERT À TOUS

DIMANCHE 11 DECEMBRE 2016 - DE 9H30 À 12H

COSEC Elisabeth Purkart 12 Bd Chastenet de Géry
94270 Le Kremlin Bicêtre (Métro Le Kremlin Bicêtre)

*Direction technique : Louis Renelleau, Luc Cappa, Laurent Dosne, Serge Halphen,
Loïc Romenteau*

Cette saison nous avons choisi de renforcer les points importants de l'école vus lors du séminaire de l'été 2016.

Nous proposons de revoir le Hsing I Chuan. Toutefois, en parallèle un atelier de perfectionnement tai chi chuan est maintenu

THÈME PRINCIPAL – Les 5 principes du HSING I CHUAN et le cycle de destruction

Programme du stage

Pour tous :
De 9h30 à 10h30

- 6 mouvements de santé
- Tai chi chuan
- Tui shou en ligne (les 5 pas)

Par atelier aux choix :
De 10h30 à 12h

- Hsing I Chuan
les 5 principes et le cycle de destruction
- Tai chi chuan : par niveau

Montant du stage 20 €