



## **Stage de Tai Chi Style Chen**

***Détendre le mental - adoucir la volonté - fortifier l'énergie vitale***

**26 et 27 novembre 2022**

**Aux Grandes Terres 69340 Francheville, France**

### **Contenu : Tai Chi style Chen 1<sup>ère</sup> Forme Traditionnelle**

- Découvrir ou approfondir les mouvements essentiels en spirales
- Pratiquer la méditation des 3 centres énergétiques réunis pour mieux s'enraciner
- Explorer l'aspect énergétique du Tai Chi dans maintien et amélioration de la santé
- S'initier à l'aspect spirituel de cet art de vivre millénaire

***Le Tai Chi est inscrit par l'Unesco, depuis l'an 2020, sur sa liste de patrimoine culturel immatériel !***

***Le Tai Chi style Chen, origine de tous les styles de Tai Chi***

### **Animation**

Yan HE RIEU

De la 20<sup>ème</sup> génération du Tai Chi style Chen, disciple du Maître WANG Xi'an

### **Date**

26 et 27 novembre 2022

### **Horaires**

9h30 - 12h30, 14h - 17h

### **Frais pédagogiques**

100 €/forfait weekend, paiement sur place (nous contacter en cas de participation partielle)

**Hébergement** : possibilité d'être logés sur place.

Renseignements sur l'hébergement : [secretariatlesgrandesterres@gmail.com](mailto:secretariatlesgrandesterres@gmail.com)

**Un stage ouvert à tous**

**Inscrivez-vous vite, le nombre de places est limité !**

**Pré-Inscription en ligne** - [www.lagrueblanche.com](http://www.lagrueblanche.com), cliquez sur 'Inscription', ensuite '[Pré-Inscription](#)'

**Renseignements** - [secretariat@lagrueblanche.com](mailto:secretariat@lagrueblanche.com)