

Coût du stage :

Externes (sans hébergement) : 370 €

Avec hébergement en pension complète : 750 € (700 € pour les personnes ayant déjà participé au stage).

Pension seule pour les accompagnants : 480 €

Hébergement en chambre double, très spacieuse, espaces de couchage séparés.

Supplément de 30 €/jour pour les chambres individuelles.

Pour les non-adhérents à Ming Men : 5 € de cotisation

Mode de paiement :

Inscription accompagnée d'un chèque d'acompte de 300 € à l'ordre de Ming Men

(non remboursable) remis en banque le 30/06

Supplément pour chambre à régler à l'inscription

⊗ NOM, Prénom :

⊗ Adresse :

Code postal : Ville :

⊗ Tél. :

⊗ E-mail :

⊗ Je m'inscris au stage organisé par Ming Men du dimanche 19 au samedi 25 août 2018 en choisissant la formule :

Avec hébergement - Sans hébergement *

- Je choisis une chambre double et je partage la chambre avec : _____

*Je verse un acompte de 300 € par personne. **

- Je préfère une chambre individuelle et verse un acompte de 480 €. * (sous réserve de disponibilité)

Pour les non-adhérents à Ming Men : 5 € de cotisation

Je réglerai le solde le premier jour du stage.

Date :

Signature

STAGE

TAIJIQUAN

- style Yang

QIGONG

ERQUY



Dimanche 19 - Samedi 25 août 2018

Rayer la mention inutile

* Gabriel MARADAN - 12 rue de la Roche, 70230, DAMPIERRE SUR L'NOTTE

PRESENTATION

Ce stage est ouvert à tous, pratiquants de tout niveau ou curieux de découvrir ces disciplines. Il propose au fil des journées une succession d'ateliers axés sur la préparation, la perception et la compréhension kinesthésiques des principes d'architecture du corps, des mécanismes du relâchement et de la dynamique du mouvement afin de favoriser l'exploration des différentes disciplines enseignées dans leurs dimensions véritablement interne et énergétique, ainsi qu'à l'étude et l'approfondissement technique des formes et enchaînements – *taijiquan* en solo, *qi gong*, travail à deux (*tui shou*, *san shou*), pratique des armes (sabre ou épée).

Ces différents ateliers – parfois simultanés, sont à la carte et invitent les pratiquants à découvrir, puis moduler leur parcours autour des différentes activités comme des différents niveaux de progression qu'ils souhaitent aborder.

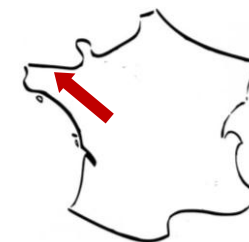
Au cours de cette immersion sur plusieurs jours, les nombreux moments d'échange et de partage en dehors des cours ponctuent les différents temps de la journée, du petit déjeuner aux rendez-vous de convivialité improvisés et souvent prolongés jusque tard dans la soirée. Ces temps s'inscrivent dans le prolongement des enseignements partagés, de la conscience légère de la présence, du contact, de la relation et de la naturelle harmonisation qui sont les enjeux pédagogiques profonds du stage que nous vous proposons.



www.rozarmor.com

SITUATION

Vous arriverez en plein cœur de l'Armor à quelques kilomètres d'Erquy, port de pêche et station balnéaire de renom, sur la côte d'Émeraude et proche du Cap Frehel. Là, entre Saint-Brieuc et Saint-Malo, vous découvrirez Roz Armor niché au creux d'une vallée bordée de falaises de grès rose, de landes, de bruyères et d'ajoncs, face à deux plages de sable fin.



AU PROGRAMME

- Qi Gong
- Principes de base du Taijiquan.
- Architecture du corps
- Tui Shou.
- Armes
- San Shou
- Taijiquan
- Méditation *ou/et* relaxation

ENSEIGNANTS

Gabriel MARADAN

enseignant à Vesoul.

Tuan LUONG

enseignant à Paris, assistant de Maître

Wong Tun Ken.

Et leurs assistants

Formulaire d'inscription, au dos à remplir et à renvoyer à :

Gabriel MARADAN

12 rue de la Roche,

70230, DAMPIERRE SUR LINOTTE

E-mail : gabrielmaradan@orange.fr

Tél. : 06 84 18 31 45

Site : <http://www.ming-men.net/>