



L'Association Ming Men vous propose

STAGE de TAI CHI CHUAN

forme Yang

Encadrement Gabriel MARADAN et Enseignants de Ming Men

Programme : Initiation et perfectionnement du tai chi par groupes de niveau.
Révision des bases, éducatifs, étude du relâchement.
Le ressenti de l'énergie. Distinction plein-vide en relation avec le corps et les appuis.
Stage conseillé aux débutants, qui pourront suivre le stage en entier, adapté à leur niveau.
Initiation Tui Shou

Date : Samedi 22 et dimanche 23 mars 2025

Lieu : MAISON DES ASSOCIATIONS 53 rue Jean Jaurès 70000 VESOUL
Salles polyvalentes N°1 et n°2

Horaires

Tarifs :			
samedi	14 h00 - 17h00	tai chi pour tous	25,00 €
dimanche	9 h 30 - 12 h 30	tai chi pour tous	25,00 €
dimanche	14 h00 - 17h00	tai chi pour tous	25,00 €

Stage entier 60,00 €

Dimanche midi, mise à disposition de la salle de convivialité, repas tiré du sac.

COUPON - REPONSE

à adresser à Gabriel MARADAN 3 Impasse Fleurier 70000 Vesoul. Tél. : 06 84 18 31 45

gabrielmaradan@orange.fr

NOM : PRENOM

Mail

Téléphone :

Participera au stage organisé par Ming Men :

samedi	14 h00 - 17h00	tai chi pour tous	25,00 €	mettre une croix
dimanche	9 h 30 - 12 h 30	tai chi pour tous	25,00 €	
dimanche	14 h00 - 17h00	tai chi pour tous	25,00 €	

total =