

Stages d'été 2020

à Thonon-les-Bains

avec James Piotr Blaise

La Boxe du Serpent

Le Tai Chi Chuan de la Boxe du Serpent est l'héritage de Yang Sau Chung et de son premier disciple Maître Ip Tai Tak.

Stage enseignants et assistants de Yang Tse

11-12-13-14 juillet 2020

- Du 11 juillet à 9h au 14 juillet à 16h

Tarifs

- Voir fiche d'inscription enseignant qui vous parviendra personnellement

**Plus de renseignements**

06 86 81 66 95

stages07@orange.fr

Stage élèves

16-17-18-19 juillet 2020

- Du 16 juillet à 9h au 19 juillet à 16h

Tous niveaux

- Ouvert aux débutants n'ayant jamais pratiqué la Boxe du Serpent

Tarifs

- 260 €

Programme

- 6h de pratique quotidienne, pédagogie adaptée et travail en sous-groupes
- Travail organique : exercices de flexibilité/transformation des tendons
- Pour les débutants, initiation à la pratique et aux principes fondamentaux du Tai Chi Chuan
- Correction de la forme en relation avec les principes du Tai Chi Chuan et le sens martial
- Tuishou ou "poussée des mains"
- Armes (à partir de la 2^{ème} année de pratique)

Encadrement

James Piotr Blaise, assisté d'enseignants de Yang Tse

Lieu

Maison des Sports La Grangette
avenue de La Grangette
74200 Thonon-les-Bains



Hébergement libre

Voir fiche pratique



Bulletin d'inscription et arrhes à retourner à :

Edith Bancet

27 avenue Marie Reynoard 38100 Grenoble