

Stages d'été 2021

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.

**Repas et
hébergement
libres**



**Plus de
renseignements**

06 86 81 66 95
stages07@orange.fr

Stage de 5 jours

du 10 au 14 juillet 2021

- Du 10 juillet à 9h au 14 juillet à 16h

Tous niveaux

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

Tarif

- 310 €

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
- 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



Bulletin d'inscription et arrhes à retourner à :

Edith Bancet
27 avenue Marie Reynoard 38100 Grenoble