



Cours hebdomadaires de Taijiquan(ou TaiChi) Chinois

Public : toute personne intéressée par Taijiquan chinois (ou TaiChi) (10 ans et plus).

Durée : 2 semestres

Modalités : **Début des cours le lundi 20 septembre 2021**. Une séance de 1h30 /semaine. Travaux pratiques à domicile. NB : un minimum de dix étudiants est nécessaire pour que le cours soit dispensé.

Coût : 180 euros.

Nous apprendrons une forme peu connue des WudangShan nommée "XiaoYaoZhang" ou "Paume de libre errance".

Il s'agit d'une forme de Taijiquan dynamique et courte qui rassemble des éléments de Qigong, de Taijiquan, de XingYi et de BaGua. Elle combine des mouvements rapides et lents, hauts et bas, des « explosions d'énergie (Fajin) » et la détente.

Elle a l'avantage d'être particulièrement dynamisante en un temps très court (5 minutes de pratique quand on la connaît).

En pratique : Lundi de 17h00 à 18h30.

Lieu : Institut de la Providence de Champion – 3 Place du Couvent à 5020 Champion – Accès « E »

Paiement : au compte 340-0904802-24 IBAN: BE81 3400 9048 0224 BIC: BBRUBEBB

avec la mention : « Nom et prénom , réf de cours et lieu de l'école (Champion) ».

Confirmation de l'inscription par E-mail (indispensable) : naconfich@163.com

Plus d'informations ? Contactez Mme Xiaoling Xie : xiaoling.285@163.com