

Qi Gong & Tai Ji Quan

Gymnastique énergétique & Art martial interne

La pratique, basée sur la décontraction tient compte de l'interaction de l'homme avec la nature, le ciel et la terre. On s'adresse ici au merveilleux, au subtil, à l'impalpable, qui pourtant gouverne la vie.

Cours saison 2023/2024

Reprise les 26, 28 et 30 septembre

Essais gratuits

mardi	11h00	Qi Gong	St. Hippolyte-du-Fort, au dojo,
jeudi	18h00	Tai Ji	1 ^{er} étage de la maternelle
vendredi	18h00	*	Un vendredi par mois au foyer socio-culturel (* voir verso)
samedi	10h00	Qi Gong	à la Gardiolle en plein air
	11h15	Tai Ji	entre St. Hippolyte-du-Fort et Sauve

Jacques Cosson, né en 1962, thérapeute a commencé à pratiquer dans les années 80. En 1991, il voyage en Chine et découvre le grand Maître **Feng Zhiqiang** (1928-2012) – élève direct du légendaire **Chen Fake**. En 2000 Jacques Cosson fonde l'association. En 2007 il rencontre **Lu Baochun** maître d'exception par son niveau, sa recherche et sa pédagogie (ancien élève de **Feng**), il choisit alors de suivre son enseignement.

Tarifs

1 discipline les 2
par semaine 8 € ... 12 €
par mois 18 € ... 28 €
par trimestre 45 € ... 72 €
par année 122 € ... 195 €

Adhésion annuelle de 12 € à l'ass. **Hun Yuan Tai Ji Quan**,
valable pour les cours et les stages de la saison.
Tarifs réduits possible pour étudiants, chômeurs...

L'atelier du vendredi

Ce sera le vendredi entre 18h et 20h une fois par mois environ; l'occasion d'approfondir les poussées des mains (Tui Shou), certaines formes de Tai Ji Quan ou de Qi Gong.

Stages avec Lu Baochun

Stage cet automne les 20, 21 et 22 octobre 2023 et prévu au printemps 2024.

Association Hun Yuan Tai Ji Quan

Renseignements

Tel. 06 79 07 94 72

Infos détaillées

www.hunyuan-sthippo.com