

Stage de
Gong Fu Tai Ji Shan
Tai Chi avec éventail

Le Tai Chi, art martial et énergétique chinois se pratique à main nue ou avec une épée, un sabre ou un éventail. Derrière l'esthétisme et la grâce qui se dégagent des enchaînements de mouvements, se cache une grande maîtrise de l'équilibre du souffle et de l'énergie. L'art de l'éventail réunit l'ancrage, la force et la souplesse du tigre qui bondit et se déploie dans les 8 directions et la légèreté de l'oiseau qui virevolte et s'appuie sur le vent pour libérer des mouvements fluides, spiralés et précis. Les ouvertures et fermetures de l'éventail génèrent une circulation énergétique propice à une régulation du Qi.

Le stage ouvert à tous est organisé par l'association Yin Yang



samedi 17 juin 2017

de 14 h 15 à 17 h 15

à La Malcombe à Besançon

salle du tennis de table



Il sera animé par Tien Nguyen de *Energie et Harmonie*. L'inscription préalable est obligatoire (20 €)

Tel **06.11 65.06.64**

www.asso-yinyang.fr



Stage de
Gong Fu Tai Ji Shan
Tai Chi avec éventail

Le Tai Chi, art martial et énergétique chinois se pratique à main nue ou avec une épée, un sabre ou un éventail. Derrière l'esthétisme et la grâce qui se dégagent des enchaînements de mouvements, se cache une grande maîtrise de l'équilibre du souffle et de l'énergie. L'art de l'éventail réunit l'ancrage, la force et la souplesse du tigre qui bondit et se déploie dans les 8 directions et la légèreté de l'oiseau qui virevolte et s'appuie sur le vent pour libérer des mouvements fluides, spiralés et précis. Les ouvertures et fermetures de l'éventail génèrent une circulation énergétique propice à une régulation du Qi.

Le stage ouvert à tous est organisé par l'association Yin Yang



samedi 17 juin 2017

de 14 h 15 à 17 h 15

à La Malcombe à Besançon

salle du tennis de table



Il sera animé par Tien Nguyen de *Energie et Harmonie*. L'inscription préalable est obligatoire (20 €)

Tel **06.11 65.06.64**

www.asso-yinyang.fr