



# Ateliers de taiji quan

## 27 au 31 juillet 2024

L'étude portera sur l'étude de formes à mains nus en solo (套路 tàò lù), le style de taijiquan étudié est celui de maître Cheng Man Ching, complétée par des pratiques en duo (推手 tuī shǒu, 喂勁 wèi jìn). La pratique sera prétexte à développer les qualités de détente et de relâchement (松 sōng), de contact telles qu'adhérer (粘 zhān), coller (粘 nián), relier (联 lián) et suivre (随 suí). Ce cycle s'adresse à des personnes qui voudraient découvrir le taiji quan, à des pratiquants ou enseignants de qi gong qui désireraient enrichir leur expérience ou à des pratiquants de taiji quan qui aimeraient affiner leur pratique.

### Lieu et hébergement

Les ateliers auront lieu au Gîte d'étape – Association Lo Caminaire – Rte de la Gasse, 12200 Villefranche-de-Rouergue

Vous pouvez être hébergé sur place au tarif de 17 € par jour en chambre de 4 personnes, ce tarif comprend l'accès au lieu, à la cuisine et aux sanitaires. Vous pouvez arriver la veille, dans tous les cas nous prévenir pour que l'on puisse vous réserver votre hébergement.

On peut également trouver des locations proches : Booking, Tripadvisor, Airbnb

### Horaires indicatifs

07 : 00	08 : 00	Pratiques
08 : 00	10 : 00	Petit déjeuner
10 : 00	12 : 30	Pratiques
12 : 30	14 : 00	Repas
14 : 00	15 : 00	Questions-réponses : éléments de théorie
15 : 00	18 : 00	Pratiques
18 : 00	20 : 00	Repas



## Vos coordonnées

Prénom

Nom

Adresse courriel

Numéro de téléphone

## Tarifs

	5 jours	2 jours	1 jour	0,5 jour	Montant
<input type="checkbox"/> Plein tarif	236,00 €	97,00 €	51,00 €	28,00 €	
<input type="checkbox"/> Adhérents Tiandi, ayant payé une année de cours	158,00 €	65,00 €	34,00 €	20,00 €	
<input type="checkbox"/> Diplômés de l'école Tiandi					
Nuitées au gîte				17,00 €	
Total					

Pour vous inscrire, entourez votre choix et rédigez un chèque du montant correspondant à l'ordre de Tiandi, adressé à :

**Association Tiandi - BL 58 Maison Des Sociétés**

**Pl. Bernard Lhez, 12200 Villefranche-de-Rouergue**

ou

**Inscrivez vous en ligne** (si vous avez droit à une remise appliquez le code ADH2324)



+33 663 627 993

contact@tiandi.fr