17 EME STAGE INTERNATIONAL

De Ba Gua Zhang
Du 8 Au 12 Juillet 2024

Programme

Matin :

9h—10h Qi GonG Ba Gua
10h—11h Les 8 grandes Paumes Avec Les 9 Palais
11h—12h La lance de Ba Gua

Après-Midi :

14h—15h Les 64 Paumes de Ba Gua Zhang
15h—16h Grand Sanshou et Tui shou

Tarifs : 220€/ semaine
Couple 200€
170€1 / 2 journée

Bulletin d'inscription à envoyer accompagné d'un chèque d'acompte de 65€ à l'ordre de Hacène Ait Aider et à l'adresse suivante :
12 rue JouxCarrière 31540 St Julia.
Nom : .....
Prénom : .....
Adresse : .....
.....
Tél : .....E-mail :.....

INFORMATIONS/INSCRIPTIONS
E-mail: hacene.aa@sfr.fr / Tél: 06 83 32 13 86- 05 61 81 01 78 / www.hacene-aitaider.com

18EMEStage International De Tai Chi Chuan
À St Ferréol 31250 Revel
Du 15 Au 19 Juillet 2024

Dirigé par Hacène Ait Aider
Diplômé d'Etat 5eme Duan FFk
Et son équipe d'enseignants

Ba Gua Zhang

Tai Chi Chuan

Qi GOng

Hacène Ait Aider

5eme Duan FFk

INFORMATIONS/INSCRIPTIONS
E-mail: hacene.aa@sfr.fr / Tél: 06 83 32 13 86- 05 61 81 01 78 / www.hacene-aitaider.com

IHAA

Stage International De tai Chi Chuan Du15 au 19 juillet 2024 À St Ferréol

Rachid Ait aider

33 ans de pratique, 24 ans d'enseignement, 4eme duan FFKDA, Enseigne le Tai chi chuan, Qi Gong, Ba gua Zhang, Xing yi chuan Vo-Vietnam à Toulouse, Plusieurs fois champion d'Algérie, France et d'Europe de Tai chi chuan, et de Vô Vietnam, Champion du monde de Tai chi chuan, et de Vô Vietnam.

Michel Jreige

- Enseigne les arts martiaux depuis plus de 40 ans
- Médecin et acupuncteur, formateur à l'Académie Wang
- 6emeDuan FFK, 7eme Degré de l'école TAO

Jerome Ravenet

- Professeur agrégé de Philosophie (Lycée)
- Docteur en sinologie (Université Paris VII)
- Docteur en philosophie politique (Université Paris X)
- Ancien professeur de Chinois (IEP Aix-en-Provence)
- Diplômé de l'Université de Médecine Traditionnelle Chinoise
- Professeur de Médecine Chinoise (Université Aix-Marseille III)
- Professeur 6e Duan diplômé d'Etat en Arts Martiaux Chinois
- Expert en Ba gua zhang auprès de la Fédération FFKDA
- Champion du Monde IWUF 2006 – Catégories Ba gua zhang (arme double et mains nues)
- Médaillé d'honneur par le Général Wan Su Jian (Croix Rouge Internationale- Beij

Hacène Ait Aider

- Enseigne les arts martiaux depuis 35 ans
- Diplômé D'Etat, 5eme Duan FFK,
- 6emeDegré école TAO
- Thérapeute en Médecine traditionnelle chinoise
- Champion du monde, d'Europe, et de France de tai chi chuan

Gael Delomenie

Praticien en Médecine Traditionnelle Chinoise 2eme duan FFKDA, diplômé de l'Académie Wang de MédecineTraditionnelle Chinoise depuis 2014 Pratique les Arts Martiaux interneset le Qi Gong depuis 12 ans sous la direction de Michel Jreige et Hacene Ait Aider. Formé dans le style Wudang San Feng durant 4 ans en Chine auprès du maître Chen Shixing à China Wudang Gong Fu Academy.

Programme Stage International de Tai Chi Chuan À St Ferréol Du 15 Au 19 Juillet 2024

Matin

8H30--9h30 :
1- Les 5 exercices de relâchement de Tai Ji par G.Delomenie
2- Le Zhi Neng Qi Gong, par J. Ravenet
3- Les 12 animaux de Xing Yi chuan par M. Jreige

9h30--10h30 :
1- Tai chi Yang Chen Fu les 108 mvts (L'homme) par R.Ait Aider
2- Qi Gong, Taiji Bang (petit bâton) par H. Ait Aider
3- Ba gua Zhang, La mante religieuse, Par J. Ravenet

11h--12h :
1- Sabre des 5 éléments de Xing Yi par R. Ait Aider
2- Tai ji des 13 postures de Wudang par G. Delomenie
3- Qi gong du double éventails par H. Ait Aider

Après midi

14H00--15h00 :
1- Médecine manuelle chinoise, techniques de mobilisation sans risques,par J. Ravenet
2- Combat codifié de l'épée niveau 1 et 2 par H.Ait Aider
3- Combat codifié du Double éventails par R. Ait Aider

15h00--16h00 :
- Techniques de relaxation et Tui shou par H. Ait Aider
- Qi Gong du dragon qui nage par G. Delomenie

TARIFS :

* La semaine : 220 €
* couple 200 €
* 1/2 journée, matin ou soir : 170€
* 1 cours : 15€

.....

N'hésitez pas à vous inscrire dès maintenant !
Bulletin d'inscription :
A retourner accompagné d'un chèque d'acompte de 65 € à l'ordre de Hacène Ait Aider et à l'adresse suivant
Hacène Ait Aider, 12 rue Joux Carrière 31540 St Julia
NOM.....
PRENOM.....
ADRESSE.....
.....
TEL .....
COURRIEL.....@.....
Fait à.....le .....
signature
.....