

17^{EME} Stage International de Tai chi chuan À St Ferréol (Revel 31250) Du 17 au 21 juillet 2023



H. AIT AIDER

Enseigne les Arts Martiaux internes et externes depuis 35 ans, Il est diplômé de la FFWaemc et 5^{eme} Duan FFKDA, juge des grades à la FFKDA. Il a travaillé auprès de divers maîtres chinois et occidentaux. 7^{em} génération de l'école Ba gua Zhang style Cheng Ting Hua. Quatre fois champion d'Europe de Tai Chi Chuan 2006-2009, 2010 et 2012 double champion de France 2007-2008 et champion du monde à Taïwan en 2008. Il organise des stages nationaux et internationaux, thérapeute (Médecine chinoise).



Dirigé par Hacène Ait Aider
Diplômé d'Etat 5^{eme} DUAN FFKDA
Et son équipe d'enseignants

**BA
GUA
ZHANG**

**TAI
CHI
CHUAN**

**QI
GONG**

INFORMATIONS/INSCRIPTIONS

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



Programme stage d'été du 17 au 21 Juillet 2023

RACHID
AIT AIDER



33 ans de pratique, 25 ans d'enseignement, 4^{eme} 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 à Taiwan, et de Vô Vietnam à Paris.

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 6^e 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

Gael
DELOMÉNIE



Praticien en Médecine Traditionnelle Chinoise 2^{eme} duan FFKDA, diplômé de l'Académie Wang de Médecine Traditionnelle Chinoise depuis 2014 Pratique les Arts Martiaux internes et le Qi Gong depuis 14 ans sous la direction de Michel Jreige et Hacene Ait Aider. Formé dans le style Wudang San Feng durant 4 ans en Chine auprès de maître Chen Shixing a China Wudang Gong Fu Academy.

Matin

8H30--9h30 :

- Les 5 exercices de relâchement de Tai Ji par G. Deloménie
- Qi Gong et Tai chi du bâton court par H. Ait Aider
- Les fondamentaux, pas du Ba Gua Zhang et vol du phénix, par J. Ravenet

9h45--10h45 :

- Double éventail, par R. Ait Aider
- Tai chi de la balle, la forme du dragon par H. Ait Aider
- Tui shou et Ba gua Xing Yi, Par J. Ravenet

11h--12h :

- Épée des 5 éléments de Xing yi par R. Ait Aider
- Tai ji des 13 postures de Wudang par G. Deloménie
- Qi gong du double éventail par H. Ait Aider

Après midi

14H00--15h00 :

- Médecine manuelle chinoise, techniques de mobilisation sans risques, par J. Ravenet
 - Techniques de l'épée, combat codifié à l'épée par H. Ait Aider
 - Combat codifié de double éventail par R. Ait Aider
- 15h00--16h00 :
- Qi Gong des 5 animaux de Wudang par G. Doléminie
 - Techniques de relaxation, tui shou par H. Ait Aider

TARIFS : semaines, 220 €, couple 200 €

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
NOM.....
PRENOM.....
ADRESSE.....
.....
TEL
COURRIEL.....@.....
Fait à.....le
signature