



Stage de Tai Ji le 18 mars 2018



Hacène Ait Aider :
Professeur de Tai Ji, Qi Gong, Bagua, et Xing yi chuan

Le matin de 9h à 12h30 :
Enchaînement des 8 portes, Travail à 2 :
Tuishou avec applications des 8 portes.

L'après midi de 14h à 16h :
Manipulations du bâton long, découverte
du combat codifié à 2 au bâton long.

Stade des Costières,
123 Avenue de la Bouvine,
30900 Nîmes,
Salle des combats,
Aile Nord Est au 2ème étage.

Frais de participation :
Pour les adhérents : 30 € la journée, 20 € la 1/2 journée.
Non adhérents : 50 € la journée, 30 € la 1/2 journée.

Ce stage est accessible à tous et toutes. Inscriptions le jour même sur place.
Pour tout renseignement :
Jacques : 06 63 69 28 82 - Gilles : 06 60 19 47 70 - souffleetsserenitenimes@gmail.com

