

# Planning cours Hacène 2020-2021

## LIEUX, HORAIRES ET TARIFS

\* reprise des cours le 1 septembre 2020

\*Le 1er cours est réservé pour les inscriptions

### Salle Cinet Get Revel (31250)

#### Mardi

Atelier Qi gong de

11h15 - 12h15 ( par V. Demaureguard)

### Salle Cinet Get Revel (31250)

#### Jeudi

Cours de Qi gong débutant

12h45 à 14h ( par H. Ait Aider)

Cours de Méditation

14h à 14h30 ( par M. Dedieu )

Cours de Qi gong et tai chi de la balle

14h30 à 15h30 ( par H. Ait Aider)

Cours de tai chi chuan style yang Chen fu et grand san shou

15h30 à 17h ( par H. Ait Aider)

### Salle Omnisports de Revel

#### Mercredi

Cours Qi gong de la balle

17h à 18h15 ( par H. Ait Aider)

### Salle des fêtes de St Julia (31540)

#### Lundi

Cours de Qi gong , tai chi chuan Style Yang chen fu

10h à 12h ( par Michel Dedieu)

Cours de Qi gong des 12 méridiens de Wudang

18h à 19h ( par HAit Aider)

Cours de Tai chi éventail style Yang

19h à 20h ( par H. Ait Aider)

#### Mardi

Cours Qi gong (4 saisons) de

18h30 à 19h30 ( par H. Ait Aider)

Cours de tai chi chuan style yang Chen fu

19h30 à 20h30 ( par H. Ait Aider)

#### Mercredi

Atelier Kung fu enfants( 6 ans à 8 ans)

16h à 17h15 ( par G. Delomenie)

Atelier kung fu enfants( 9 ans à 13ans)

17h15 à 18h30 ( par G. Delomenie)

#### Jeudi

Atelier de Qi gong et tai chi chuan de Wudang

18h30 à 20h30 ( par Gael Delomenie)

#### Vendredi

Cours de Ba gua zhang style Cheng

18h à 19h30 ( par H. Ait Aider)

Cours Tai chi chuan style yang ancien

19h30 à 20h30 ( par H. Ait Aider)

#### Jeudi

### Salle des fêtes de Montgey

Cours de Qi gong des 8 trésors

18h30 à 19h45 ( par H. Ait Aider)

## Pièces à fournir à l'inscription :

Un certificat médical de non contre -indication à la pratique des arts martiaux

N.B : Un cours d'essai est gratuit avec présentation d'un certificat médical

Qi gong, Tai chi chuan, Ba gua zhang (Adultes/Enfants) par **Hacene AIT AIDER** ,  
diplômé d'état, thérapeute en énergétique chinoise et ses assistants :



Association **SON LONG**

Tel : 06.83.32.13.86/ 05.61.81.01.78

Site : [www.hacene-aitaider.com](http://www.hacene-aitaider.com)

Site : [hacenetls.wixsite.com/taichi-revel](http://hacenetls.wixsite.com/taichi-revel)

Email : [hacene.aa@sfr.fr](mailto:hacene.aa@sfr.fr)



# HACENE AIT AIDER

Enseigne les Arts Martiaux internes et externes depuis 32 ans : Tai chi chuan, Qi Gong, Ba gua Zhang, Xing yi chuan, Vo-Vietnam). Diplômé de la FFWaemc 4 em Duan FFKDA et membre de la commission des grades FFKDA, élève de la 7 eme génération de l'école Ba gua zhang du style Cheng Ting Hua IL a travaillé auprès de divers maîtres chinois et occidentaux et a séjourné en Chine auprès des Maîtres de Wudang. 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, donne des cours particuliers et fait des formations, qi gong, tai chi chuan et Ba Gua Zhang, du coaching (formation et accompagnement). Praticien en énergétique chinoise (Acupuncture, tuina, pharmacopée), il s'investit dans le développement et la recherche de l'énergétique chinoise afin d'enrichir constamment son enseignement.



## MICHEL DEDIEU

pratiquant depuis plus de 15 ans, formé en arts martiaux internes par Hacène Ait Aider, Jérôme Ravenet, Michel Jreige, Thierry Alibert.

2° Duan de la Fédération Française Karaté et disciplines associées, 2° degré de l'école TAO de Thierry Alibert. Formé au Bagua Zhang mains nues et armes par H Ait Aider. Diplômé en Médecine Traditionnelle Chinoise et en Tui Na, massage chinois avec l'académie Wang de Toulouse. Enseignant diplômé CQP ALS AGEE de la Fédération Française Sport Pour Tous.



## HENRI BERDOULAT

Pratique les arts martiaux depuis plus de trente ans. Diplômé de la FFKDA, 2e Duan, titulaire du CQP ALS AGEE Sport pour tous. Après plus de quinze ans de pratique de l'aïkido (ceinture noire), commence la pratique des arts martiaux chinois avec Maître Liang ChaoQun (une dizaine d'années): Taiji Quan, Bagua Zhang, Xing Yi Quan et Ziran Men. En 2013, suit l'enseignement de Hacène Ait Aider en qi gong, taiji quan et bagua zhang. Depuis, pratique les arts martiaux internes avec M. Jreige, Rachid Ait Aider, Jérôme Ravenet et Hacène Ait Aider.

## RACHID AIT AIDER



31 ans de pratique, Diplômé de la FFKDA, Enseigne le Qi Gong, Ba gua Zhang, Xing yi Vo-Vietnam à Toulouse, Plusieurs d'Algerie, France et d'Europe de et de Vô Vietnam, Champion du Tai chi chuan, et de Vô Vietnam

23 ans d'enseignement, Tai chi chuan, chuan, fois champion Tai chi chuan, monde de



## VERONIQUE DEMAURAUARD

Formation en danse Etoiles du Ballet de Formation en danse, Dix ans de pratique tai chi chuan, auprès de l'associations,

classique et contemporaine, XX eme siecle de Maurice Bejart, enseignante et chorégraphe. des arts internes (qi gong, ba gua zhang et xing yi chuan Michel Jreige et Hacène Ait Aider, AAGTCR et SON LONG de Revel.

## GAEL DELOMÉNIE



Praticien en Médecine Traditionnel Chinoise diplômé de l'Académie Wang de Médecine Traditionnel Chinoise depuis 2014 Pratique les Arts Martiaux interne et 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 de maître Chen Shixing a China Wudang Gong Fu Academy.