



Stage
de Tai Chi
thérapeutique

27-28 AVRIL 2024

Accessible à tous,
débutants comme avancés



TAI CHI THÉRAPEUTIQUE

Cette forme simple de Tai Chi Chuan (ou Tai Ji Quan), créée par Master Chen, rassemble les styles Wudang, Yang et Chen.

C'est une très bonne forme pour débiter le Tai Chi et elle peut également être réalisée assis, si besoin.

Durant ce stage vous aborderez les principes fondamentaux du Tai Chi, vous apprendrez cette forme en 3 parties, et vous expérimenterez les notions de relaxation, mécanique du mouvement, intention, respiration.

Vous verrez également une routine d'échauffement et une introduction à la méditation taoïste.

VINCENT LE CLERC

Psychomotricien, enseignant de Qi Gong, Taiji Quan, Aikido (4^e Dan) et Méditation, consultant de Yi Jing chamanique Taoïste, je pratique ces arts depuis 25 ans.

Diplômé de l'Institut Européen de Qi Gong ainsi que de l'école de Qi for Longevity, je suis également disciple de la 15^e génération de l'école de Wudang Sanfeng et de la 26^e génération de l'école de Longmen selon l'enseignement du prêtre taoïste Wu Dang Chen.

HORAIRES DU STAGE

Samedi 27 avril de 13h30 à 17h30

Dimanche 28 avril de 9h à 12h
et de 13h30 à 16h30

TARIF DU STAGE

CHF 250.-

LIEU

Centre Humanemotion
Avenue de Riond-Bosson 12
1110 Morges

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Vincent Le Clerc
+41 76 561 75 23

ou par mail à
daobalance88@gmail.com

daobalance.ch