



SANTE & ART MARTIAL
Site web : <http://taiji.archipel.free.fr>

Serge Dreyer

Stage à Strasbourg

les 4 et 5 janvier 2025



Peng, Lu, Ji, An.

Lors de ce stage, Serge Dreyer vous propose d'étudier quatre des principaux mouvements du taiji quan : Peng, Lu, Ji, An.

Ces mouvements sont considérés comme les *quatre portes* fondamentales parmi les huit habituellement reconnues par presque tous les styles.

Le stage reviendra sur chacun des mouvements, précisera ses origines, sa particularité et envisagera ses différentes mises en œuvre que ce soit au niveau de la forme qu'au travers des applications martiales.

Une attention particulière sera donnée à la mise en œuvre des spirales.

Bien que chaque mouvement puisse sembler simple, ils contiennent des principes complexes qui demandent une pratique régulière pour être pleinement maîtrisés.

L'objectif du stage sera d'amener les participants à une pratique ludique, en privilégiant l'écoute, la dynamique de transformation et de communication.

Le stage est accessible quel que soit le niveau et l'école de pratique.

Horaires

Samedi 4 janvier 2025

9h30 - 12h30 et 15h00 - 18h00

Dimanche 5 janvier 2025

9H00 - 12H00 et 13H30 - 16H30

Coût du stage

(hors hébergement et restauration)

70 euros

à régler sur place le premier jour

Lieux (Attention 2 lieux différents)

Samedi 4 janvier 2025

La Briqueterie

Avenue de la 2e Division Blindée 67300 Schiltigheim

(proche du centre nautique de Schiltigheim - parking non payant)

Possibilité d'amener son pique-nique ou sinon petits restaurants dans le voisinage

Dimanche 5 janvier 2025

Gymnase du Heyritz

Allée Colette Besson 67000 Strasbourg

Possibilité d'amener son pique-nique

***Inscription avant le 20 décembre par mail à l'adresse
taiji.archipel@gmail.com***

Pour toute information contacter : Patrick GSTYR mail : patrick@gstyr.eu