



TAICHICHUAN

STAGE sous la direction de

Maître ZHANG Xiaoyan – 8^{ème} duan

Dimanche 23 mars 2025
de 10H à 12H30 et de 14H à 17H30

Dans le Taichichuan, tous les mouvements sont circulaires. Mais ne dire que cela, n'est pas suffisant, car c'est, en fait, beaucoup plus complexe. Nous avons lors du dernier stage travaillé sur les tendons et bien intéressons-nous maintenant aux articulations.

La réalisation de chaque technique, nécessite des rotations plus ou moins grandes de chaque articulation dessinant des arcs de cercles qui en se combinant déterminent la forme juste de la technique quel que soit le style pratiqué.

La circularité du mouvement vient de ces rotations des articulations et du centre qui l'impulse et le suit, et pas nécessairement parce le trajet de la technique est circulaire. La fluidité de l'enchaînement provient en grande partie de ce point technique. C'est aussi la base du Tuishou et des applications martiales.

C'est ce que je vous propose d'approfondir durant ce stage.

TOUS NIVEAUX

Lieu : **Gymnase ROSA PARKS**
2 rue du Moulin des Lapins – 75014 PARIS
Métro : Ligne 13 (station Pernetz)

Tarifs : Adhérents de l'école : 55 euros
Extérieurs : 65 euros

Renseignements : 06 07 49 01 77



FICHE D'INSCRIPTION

Stage Maître ZHANG Xiaoyan

Dimanche 23 mars 2025

NOM ⁽¹⁾ :

PRENOM ⁽¹⁾ :

ADRESSE MAIL :@.....

(Uniquement pour les personnes extérieures à l'école qui souhaitent recevoir les informations de stages)

(1) à remplir en lettres capitales