# STAGE TAICHICHUAN

## *sous la direction de*
## *Maître ZHANG Xiao Yan*
### *8ème duan*

## Dimanche 27 mars 2022
de 10H à 17H30

*Le Taichichuan est un art martial qui comprend applications combat et poussées des mains. A ce titre, il nécessite, entre autres, d'avoir des jambes solides et d'être centré.*

*Ces deux aspects, complémentaires par ailleurs, sont très souvent négligés dans l'enseignement de cette discipline. Or ils sont essentiels, particulièrement pour avoir de bons appuis, des déplacements fluides et des pivots bien maitrisés.*

*Je vous propose, durant cette journée de vous donner des outils pour améliorer ces deux points en utilisant notamment des techniques issues du Pakua.*

TOUS NIVEAUX

Lieu : Gymnase Charles Rigoulot
18 avenue de la Porte Brancion – 75015 PARIS
Métro : Ligne 13 (station Porte de Vanves) Tramway T3a (arrêt : Porte de Brancion)

Tarifs : Adhérents de l'école : 50 euros
Extérieurs : 60 euros

Renseignements : 06 07 49 01 77

✂ .....

## FICHE D'INSCRIPTION
## Stage Maître ZHANG Xiao Yan
Dimanche 27 mars 2022

NOM (1) : .....

PRENOM (1) : .....

ADRESSE MAIL (2) : .....@.....
(***Uniquement pour les personnes extérieures à l'école***)

*(1) à remplir en lettres capitales*