



Paris Jing Wu Hui

ECOLE D'ARTS MARTIAUX CHINOIS

Qi Gong
Tai Ji Quan

Grand-Bornand

Haute-Savoie

Stage été 2015

pour tous

26 au 31 juillet

Dirigé par

Maître Yuan Hong Hai

7^{ème} Dan professeur de l'université
de Fudan Shanghai Chine

www.jingwu.asso.fr

lieu du stage : salle Espace Grand-BO

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVEC ACOMPTE DE 50 €

Réservation		avant le <u>1^{er}Juin</u>
Stage complet	450 €	380 €
Stage matin	400 €	330 €
Stage après-midi	400 €	330 €

- ➡ **Après le 1^{er} juin le montant de l'acompte reste dû**
- ➡ **Règlement du solde du stage sur place samedi après-midi de 17h à 19h à la salle**
- ➡ **Possibilité de commande de Matériel voir fiche d'inscription
A RENVOYER AVANT LE 1^{ER} JUIN**

Fiches d'inscriptions disponibles sur le site de jingwu.asso.fr
Renseignements au 03 20 33 27 71 (après 20h)

Possibilité d'hôtels : (les plus proches)

- * La Croix saint Maurice : 04 50 02 20 05
- * La Pointe Percée : 04 50 02 20 02
- * Best western : 04 50 02 20 16
- * Le Delta : 04 50 02 26 25

Attention vous devez effectuer les réservations vous-même

Autres possibilités :

- Campings le plus proche : L'ESCALE : 04 50 02 20 69
- Camping à 1.5km : Le CLOS du PIN : 04 50 02 20 70
- Location chez particulier renseignement Me Villard 04 50 02 25 37

- Office de tourisme** : 04 50 02 78 00
- Le grand-bornand réservation : 04 50 02 78 06

Programme du stage 2015

☯ 6H45- 7H45

ZHI NENG GI GONG 1^{er} niveau (perfection, renforcement)

☯ 9h-12h

QI GONG BATON : TAIJI YANSHENG ZHANG

QI GONG SANTÉ : RÉVISIONS

☯ 15h - 16h30

Dimanche, Lundi, Mardi	TAI JI QUAN : FORME 48
Mercredi, Jeudi, Vendredi	TAI JI QUAN : FORME 26

☯ 16h30 - 18h

Dimanche, Lundi, Mardi	TAI JI GONG FU SHAN
Mercredi, Jeudi, Vendredi	TAI JI JIAN : FORME 32

☞ **Tenue obligatoire : Tee shirt Jing Wu et pantalon noir**
Attention chaussures souples (salle parquetée)

☞ **Aucun prêt de matériel ne sera fait**

☞ **Etiquette : Maîtrise de soi et vertu martiale. Une attitude de respect, de sincérité et de modestie sont essentiels à la sécurité de chacun. Il vous est donc demandé de suivre une discipline pour le groupe, lors des démonstrations de techniques (silence, calme, visibilité pour tout le monde), respect du Maître qui explique.**

☞ **Photos, Films et téléphones interdits pendant les cours**

1 Fiche d'inscription par personne

date :

Nom

Prénom

Adresse **complète** :

Stage complet

Stage matin

Stage après-midi

Tel

Email obligatoire pour réponse

A renvoyer à Inès Devred

60 rue A. Lefebvre 59650 Villeneuve d'Ascq

Accompagnée d'un chèque de 50 € à l'ordre de Mr Yuan

Une Fiche de commande de matériel par personne

Règlement du matériel sur place

	Tarifs	Quantité	Taille
Eventail	15€		
Bâton pour Qi Gong 1m, 1.10m, 1.20m,	5€		
Epée inox Tarif réservé aux stagiaires	70€		
Pompon	10€		
Etui 2 armes	25€		
Tee Shirt (12/14,S,M,L,XL A XXXL) Tarif réservé aux stagiaires	10€		
Sweat (12/14,S,M,L,XL à XXXL)	38€		
Tenue tai chi blc Tarif réservé aux stagiaires	40€		
Pantalons noirs	30€		
Chaussure (34 à 44)	30€		
CD audio tai ji 24/48/32/épée	15€		
CD audio tai ji 88	15€		
CD audio tai ji, éventail, 8/16/chen 36/42 mains nues 42 épée	15€		
CD audio cinq animaux	15€		
CD audio 8 brocards, paysans, six sons	15€		
CD audio 18 exercices de santé	15€		
CD audio chen qi	15€		
CD audio ZNQG N1 (tui lou x3, x9, x15, x24) au choix	15€		
CD audio ZNQG N2	15€		
CD audio ZNQG N3	15€		
CD audio ZNQG N1 + statique	15€		
CD audio SAN XIN BING ZHAN ZHUANG (5-15mn ou 30mn)	15€		
CD audio XUN JING DAI YING FA (1-2 fois ou 3 fois)	15€		
DVD ZNQG école Jing Wu N1	30€		
DVD ZNQG école Jing Wu N2	30€		
DVD ZNQG école Jing Wu N3	30€		
DVD des 4 QI GONG santé + 18 exercices	50€		
DVD tai ji 8,16,24,48, 88, 36, 42	50€		
DVD armes 18, 32, 42, 49, 13, 16, éventail	30€		
DVD +CD DA WU	30€		

Obligation de commande écrite

Renseignements complémentaires
au 06 07 82 82 35
annemarie.moustier@jingwu.asso.fr

