



Paris Jing Wu Hui

ECOLE D'ARTS MARTIAUX CHINOIS

Grand-Bornand Haute-Savoie

Stage été 2022

24 - 29 juillet

Qi Gong : ZHI NENG QI GONG

Tai ji quan : forme 26

Tai ji jian : forme 42

Dirigé par

Maître Yuan Hong Hai

8^{ème} Dan Professeur

de l'Université de Fudan Shanghai Chine

Programme du stage 2022

(lieu du stage salle espace Grand Bo)



☯ 6H45- 7H45

Créneau ouvert à tous et consacré uniquement à la pratique

QI GONG SANTÉ :

WU QIN XI,

DA WU

DAOYIN YANGSHEN GONG SHI ER FA

MAWANGDUI DAOYIN SHU

YI JIN JING

BA DUAN JIN

☯ 9h-11H

ZHI NENG QI GONG 2^{ème} NIVEAU

☯ 11H - 12H

ZHI NENG QI GONG 1^{ER} NIVEAU (uniquement pratique)

☯ 15h - 16h30

TAI JI QUAN Forme 26

☯ 16h30 - 18h

**TAI JI JIAN (épée) 42 parties 3 et 4
Révision parties 1et 2**

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

☞ **CONSIGNES :**

Passe sanitaire et Port du masque obligatoire

**Inscriptions pourront être limitées suivant l'état sanitaire du moment
(date limite 1^{er} juin)**

Attitude et respect, discipline pour le groupe

Silence et visibilité pour tout le monde quand le Maître explique

Distance à respecter dans le cadre sanitaire encore présent

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



INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVEC ACOMPTE DE 50 €

Réservation	Avant le 1 ^{er} juin	Après le 1 ^{er} juin
Stage complet	430 €	500 €
Stage matin	330 €	400 €
Stage après-midi	330 €	400 €

- ➡ **Après le 1^{er} juin le montant de l'acompte reste dû (sauf si le stage est annulé par nos soins)**
- ➡ **Passe sanitaire et Port du masque obligatoire**
- ➡ **Inscriptions pourront être limitées suivant l'état sanitaire du moment**
(date limite 1^{er} juin)
- ➡ **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**

Renseignements au 03 20 33 27 71 (après 20h)

Possibilité d'hôtels : (les plus proches)

- * La croix saint Maurice : 04 50 02 20 05
- * Les Ecureuils : 04 50 02 20 11
- * 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 :
Mme Villard : 04 50 02 25 37
Mme Deloche : 06 03 58 39 76

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

A REnvoyer AVANT LE 1^{ER} JUIN

Stage 2022 : 1 Fiche d'inscription par personne

date	
NOM	PRENOM
Adresse complète	
Email pour confirmation	Tél :
Adhésion Jing Wu 2021/2022 obligatoire pour le stage 1 ^{ère} adhésion 16 € <input type="checkbox"/> renouvellement 5 € <input type="checkbox"/> licence 37 € <input type="checkbox"/> (possibilité de la demander) paiement sur le lien suivant : https://www.helloasso.com/associations/paris-jing-wu-hui/adhesions/jing-wu-adhesion-renouvellement-licence-ff-wushu	
Possédez -vous 1 licence : oui <input type="checkbox"/> indiquer nom fédération et numéro non <input type="checkbox"/> (assurance individuelle accident oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/>)	

A renvoyer sous enveloppe timbrée (aucun recommandé svp)
à Inès Devred 60 rue A. Lefebvre 59650 Villeneuve d'Ascq

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

Cocher votre choix	Stage complet	<input type="checkbox"/>
	Stage matin	<input type="checkbox"/>
	Stage après-midi	<input type="checkbox"/>

- Réservation obligatoire retour de la fiche d'inscription par courrier
- Le choix du stage est complet ou matin ou après-midi
- Il n'y a pas d'autre formule (pas de prix à la journée)

SIGNATURE :

Une Fiche de commande de matériel par personne

Obligation de commande écrite

Règlement du matériel sur place

			commande
Canne 1m, 1.20m, 1.40m		5 €	
Eventail avec étui		15€	
Sabre (étui + foulard)	65cm / 70cm / 75cm	35€	
Epée légère (étui+pompon)	65cm / 70cm / 75cm	35€	
Epée inox (tarif spécial stagiaire)	70 cm	80 €	
Pompon		10 €	
Etui 2 armes		35€	
Tee Shirt	12/14,S,M,L,XL à XXXL	12€	
Sweat	12/14,S,M,L,XL à XXXL	45€	
Pantalon noir	S à XXL	30€	
Chaussure	(34 à 42)	30€	
Tenue tai ji qi gong blanche	S/M/L/XL/XXL	50€	
Polaire manche courte		45€	
Polaire manche longue		50€	
MP3 audio tai ji 24/48/32/épée		10€	
MP3 audio tai ji 88		10€	
MP3 audio tai ji, éventail, 8/16/chen 36/42mains nues 42 épée		10€	
MP3 audio cinq animaux		10€	
MP3 audio 8 brocarts, paysans, six sons		10€	
MP3 audio 18 exercices de santé		10€	
MP3 audio chen qi		10€	
MP3 audio ZNQG N1 (tui lou x3, x9, x12, x15, x18) au choix		10€	
MP3 audio ZNQG N2		10€	
MP3 audio ZNQG N3		10€	
MP3 audio ZNQG N1 + statique		10€	
MP3 audio SAN XIN BING ZHAN ZHUANG (5-15 ou 30mn)		10€	
MP3 audio XUN JING DAI YING FA (1-2 fois ou 3 fois)		10€	
MP3 audio ming mu fa		10€	
VIDEO MP4 ZNQG école Jing Wu N1		25€	
VIDEO MP4 ZNQG école Jing Wu N2		25€	
VIDEO MP4 ZNQG école Jing Wu N3		25€	
VIDEO MP4 des 4 QI GONG santé + 18 exercices		40€	
VIDEO MP4 tai ji 8,16,24,48, 88, 36, 42		40€	
VIDEO MP4 armes 18, 32, 42, 49, 13, 16, éventail		25€	
MP4 +CD DA WU		30€	

Renseignements pour le matériel au 06 07 82 82 35

ou annemarie.moustier@jingwu.asso.fr

Seul le
matériel
commandé
sera
disponible