



Ecole FA TAIJI – Hiver 2022-2023

4 jours du 28 au 31 Décembre

Taiji Quan

Qi Gong – Méditation



Au Centre de Ressourcement Energétique de Maraval (CREM) - 81640 Monestiés

Jean-Jacques Galinier organise un séminaire de 4 jours du Mercredi 28 au Samedi 31 Décembre autour des pratiques énergétiques du Tao avec du Taiji Quan styles Yang et Chen, Dao Yin Yang Sheng Gong des Reins, Nei Guan (Méditation) et Zhan Zhuang (posture de l'Arbre).



vue du parking



Accueil



Environnement de la Tour



Gîte 15 places



Wuguan



Wuguan (Dojo)



1 des 7 chalets

PROGRAMME :

- ☉ 8H à 8H30 Zhan Zhuang ou « posture immobile de l'arbre »
- ☉ 9H à 10H30 Yang Sheng Gong des Reins
- ☉ 10H45 à 12H15 Taiji Quan style Chen (tous niveaux)
- ☉ 14H30 à 15H30 Yang Sheng Gong des Reins
- ☉ 15H45 à 17H30 Taiji Quan style Yang (tous niveaux)
- ☉ 17H45 à 19H Shen Zhan Gong (étirements) & Nei Guan (Méditation guidée)

Un cuisinier viendra préparer les repas ou gestion libre au choix

Coût du stage : Adhérents Fa Taiji : 190 € ou 55 €/jour – Extérieurs : 220 € ou 60 € / jour

Hébergements : voir fiche d'inscription

Nous pouvons prévoir un repas ensemble pour le passage dans la nouvelle année 2023

Renseignements et réservations par mail (de préférence) – club.fataiji@gmail.com

09.72.51.17.01 ou 06.62.33.68.22

Paiements en CB, chèques, chèques vacances, coupons sport

Centre de Ressourcement Energétique de Maraval - CREM

Lieu-dit Maraval 81640 Monestiés

www.centre-ressourcement-energetique-maraval.fr & www.fataiji.fr