



**TAIJI DU CHAUDRON**

# STAGE DE TAI-CHI QUAN

**DIMANCHE 4 SEPTEMBRE 2022**

**TAI - CHI POUR TOUS - INITIATION**

**ÉTUDE DES PRINCIPES DE BASE TELS QUE :**

**RELÂCHEMENT, L'AXE CONNEXION CIEL-TERRE, APPUIS AU SOL,  
EVEIL À LA CONSCIENCE DU TRAVAIL EFFECTUÉ PAR LE BASSIN  
ÉCOUTE, RESSENTI ET PARTAGE DANS LA DÉTENTE**

**EN TRAVAIL INDIVIDUEL ET AVEC PARTENAIRE  
POUR PLUS DE FLUIDITÉ DANS LE MOUVEMENT QUI CONTRIBUE À AMÉLIORER  
L'ÉQUILIBRE PHYSIQUE, PSYCHIQUE ET ÉMOTIONNEL TOUT EN PROGRESSANT SUR  
LE CHEMIN SPIRITUEL**

**CE STAGE S'ADRESSE À TOUTE PERSONNE QUI SOUHAITE  
EXPÉRIMENTER POUR LA PREMIÈRE FOIS LE TAIJI OU QUI A DÉJÀ QUELQUES NOTIONS**

**DANS LE PARTAGE, LE RESPECT DE SOI ET DE L'AUTRE NOUS TROUVERONS,  
ENSEMBLE, LE CHEMIN POUR QUE CHACUN, CHACUNE AIT DU PLAISIR ET PUISSE  
PROGRESSER**

**DANS UNE AMBIANCE DÉTENDUE, AU COIN DU BOIS EN PLEINE NATURE ET PAR TEMPS  
PLUS HUMIDE AU COIN DU FEU...**

**LIEU :** REFUGE DU SAPPELET, 1329 BRETONNIÈRES  
9H30 ACCUEIL À 16H30 FIN  
PRÉVOIR UN PIQUE - NIQUE ... À PARTAGER

**TARIF :** 180.- PAR PERSONNE  
160.- PAR ELÈVE EN COURS À L'ANNÉE

**NOMBRE DE PERSONNES LIMITÉ, INSCRIPTION INDISPENSABLE**

**CHRISTINE SCHÜRMANN**

**078 627 11 21**

**[CHSCHLATORTUE@BLUEWIN.CH](mailto:CHSCHLATORTUE@BLUEWIN.CH)**