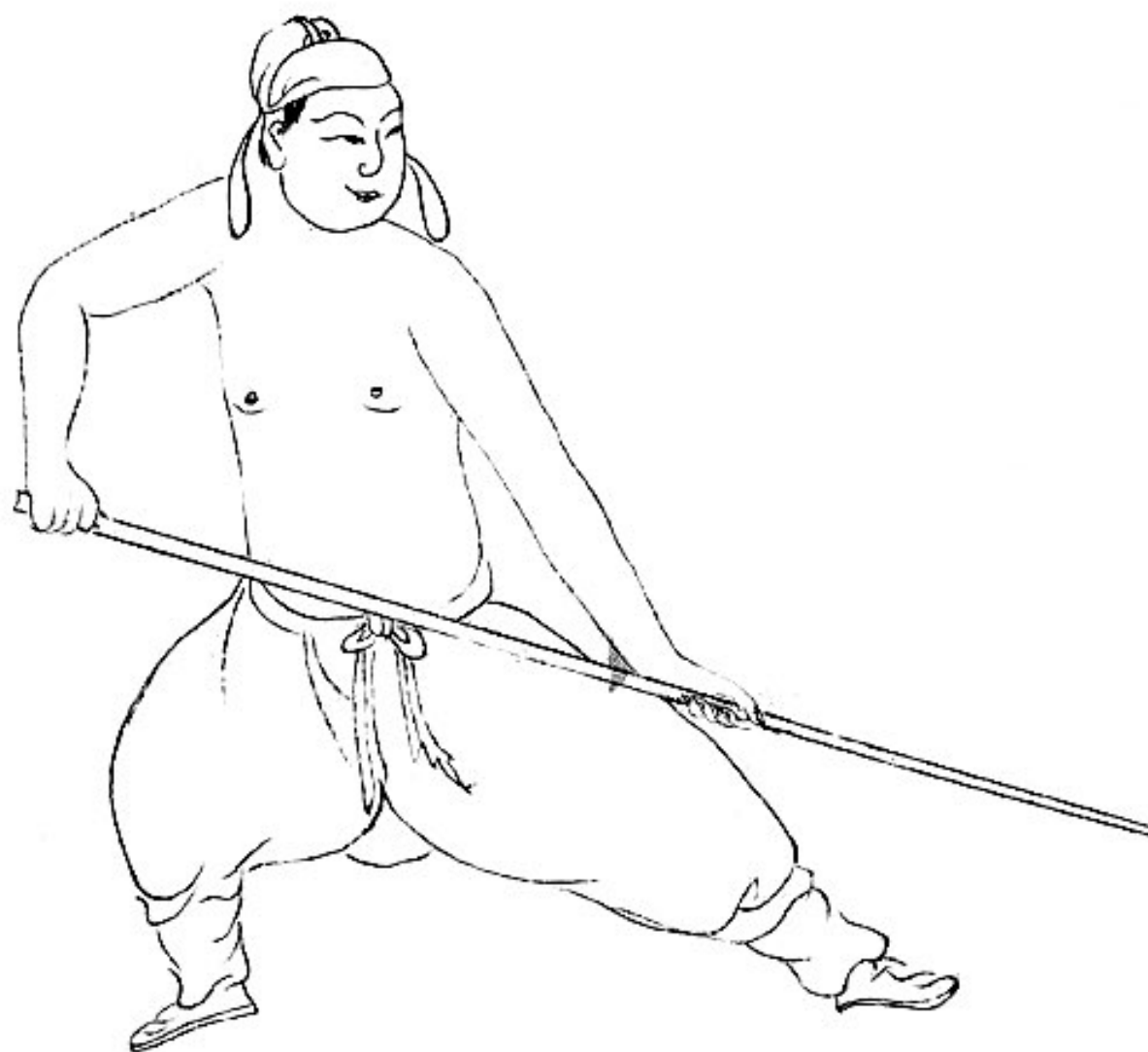


# 太極棍



## STAGE TAICHI « BÂTON » 25 mai 2024

(TAICHI CHUAN - STYLE YANG)

### INFORMATIONS :

Lieu : **NANTES** (extérieur / parc ou préau selon météo)

Horaires : 14h - 17h

### INSCRIPTION :

Tarif : 35€ (45€ non adhérents A.I.T.)

Contact : 0689381512

[yuansourcecontact@gmail.com](mailto:yuansourcecontact@gmail.com)

Venez découvrir la pratique du bâton (Gùn, 棍) dans le TaiChi Chuan. Son maniement permet notamment d'étendre la perception corporelle, de délier son corps et de se protéger.

Programme : exercices d'échauffement, apprentissage d'une

partie de la forme et applications martiales.

Ce stage est animé par **Frédéric Sourice**, Enseignant de Tai Chi Chuan & Qi Gong (diplômé FAEMC).



Yuan Source

