

## STAGE DE TAIJI QUAN STYLE CHEN

27 et 28 NOVEMBRE à BAYONNE et à MOUGUERRE (64)

Alain CAUDINE, assisté de Pascale GUILLEMET



**THEME DU STAGE : LAOJIA YI LU DU STYLE CHEN  
ENSEIGNEE PAR LE MAITRE WANG XI'AN**

Travail sur les fondamentaux ; *amélioration de la notion du relâchement et des spirales pour renforcer la dynamique martiale du style Chen.*

Travail sur les applications ; *recherche du mouvement spontané pour la défense et la riposte. La fluidité, la souplesse, les changements de rythmes, les sorties de force « fajin » et le tuishou permettent un travail ludique tout aussi bénéfique pour la santé.*

Alain CAUDINE est professeur Diplômé d'Etat de France et de Chine, 7<sup>ème</sup> duan , 1<sup>er</sup> disciple européen depuis 2003 du grand maître WANG Xi'an. Il est le fondateur et responsable pédagogique de l'IRAP\* depuis 2005 et référent au collège technique de la FAEMC \*\* pour le style Chen.

\* IRAP : Institut de Recherche des Arts martiaux du grand maître WANG Xi'an

\*\* Faemc : Fédération des Arts Energétiques et Martiaux Chinois

**PUBLIC** : tous les pratiquants et enseignants des Arts Energétiques et Martiaux.

- **Pré-requis nécessaire** : connaître la forme Laojia Yi Lu.

### MODALITES OBLIGATOIRES

- Bulletin d'inscription à renvoyer : [pascaleguillemet@sfr.fr](mailto:pascaleguillemet@sfr.fr)
- **PASS SANITAIRE** obligatoire (respect des mesures sanitaires pour le sport à partir du 30 septembre 2021 – Ministère chargé des sports)

**LIEU DU STAGE** : en intérieur.

<b>Samedi 27 novembre 2021</b> Ecole Elémentaire des Arènes 16 avenue de la Légion Tchèque 64000 BAYONNE	<b>APRES-MIDI : 14 h à 18 h</b>
<b>Dimanche 28 novembre 2021</b> Complexe Haitz Ondoan 7 Lot. Mouguerre Village 6 64990 MOUGUERRE	<b>MATIN : 10 h à 12 h</b> <b>APRES-MIDI : 14 h à 16 h</b>
<b>PRIX : 45 €/JOUR</b> (HORS REPAS ET HEBERGEMENT : A LA CHARGE DU STAGIAIRE)	

### RENSEIGNEMENTS :

- Pascale GUILLEMET : 06 77 80 81 02 - [pascaleguillemet@sfr.fr](mailto:pascaleguillemet@sfr.fr)
- Alain CAUDINE : 06 84 18 28 78 - [alain.caudine@wanadoo.fr](mailto:alain.caudine@wanadoo.fr)