

STAGE NATIONAL de TAIJI QUAN STYLE CHEN

19 et 20 mars 2022 à MOUGUERRE (64)

Alain CAUDINE, assisté de Pascale GUILLEMET



ESSENTIELS DU STYLE CHEN

ENSEIGNEMENT DU GRAND MAITRE WANG XI'AN

Travail sur les fondamentaux ; *amélioration des notions « de relâchement, des spirales, de la respiration » pour renforcer la dynamique martiale interne du style Chen.*

Travail sur les applications ; *décryptage des applications martiales des formes ; 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, 8^{ème} duan, 1^{er} 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.

Pascale GUILLEMET est disciple d'Alain CAUDINE, élève du grand maître WANG Xi'an et praticienne en médecine chinoise.

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

- **Pré-requis nécessaire** : connaître la forme Laojia (Yi Lu ou Er Lu) ou Xinjia (Yi Lu ou Er Lu).

MODALITES OBLIGATOIRES

- **Bulletin d'inscription à renvoyer** : pascaleguillemet@sfr.fr
- **PASS VACCINAL obligatoire (pour le moment)**

LIEU DU STAGE : en intérieur.

| | |
|--|---|
| Samedi 19 mars 2022 16 avenue de la Légion Tchèque 64100 BAYONNE | APRES-MIDI : 14 h à 18 h |
| Dimanche 20 mars 2022 Complexe Haitz Ondoan 7 Lot. Mouguerre Village 6 64990 MOUGUERRE | MATIN : 10 h à 12 h APRES-MIDI : 14 h à 16 h |
| PRIX : 45 €/JOUR (HORS REPAS ET HEBERGEMENT : A LA CHARGE DU STAGIAIRE) | |

RENSEIGNEMENTS :

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

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

** FAEMC : Fédération des Arts Energétiques et Martiaux Chinois