

Stages résidentiels de Tai Chi Chuan 2020

Claudia Vergé TAICHI AURORE contact@taichi-aurore.fr



**UN STAGE DE PRINTEMPS sur 3 ou 4 jours au choix
du jeudi 30 avril au lundi 4 mai**

Tous niveaux, possibilité de faire 2 groupes de niveaux l'après-midi

**DEUX STAGES D'ETE de 5 jours
du mercredi 15 juillet au lundi 20 juillet (5 jours, soit 10 cours)**

Tous niveaux, axé sur l'étude de l'enchaînement du lent

du lundi 24 aout au samedi 29 aout (5 jours, soit 10 cours)

Spécial niveau avancé

LES COURS :

On fait 2 cours de 2h par jour :
de 10h à 12h et de 17h à 19h,
sauf le jour d'arrivée et le jour de
départ où il n'y a qu'1 seul cours.

Selon l'énergie du groupe,
on fait parfois plutôt 5 ou 6h
par jour.

Le programme des cours sera adapté
selon les participants : Lent, Fast, Dong
Jia, Ying Chie Kai Chuan, 1^{er} Sabre,
2^{ème} Sabre long, Bâtons, Epée, Kai He,
Tuishou, Sanshou, 3 pas, 4 coins,
applications martiales, Tai Chi Qong



LE VOYAGE :

Le transport est à votre charge. La durée du voyage en TGV Paris-Angoulême est de 2h ou 2h50 selon les TGV, ou avec l'INTERCITES 3h30, puis covoiturage Angoulême/Le Plessis 35mn, ou correspondance SNCF Angoulême/Jarnac 30mn puis covoiturage Jarnac/Le Plessis 10mn. La durée du voyage en voiture est d'environ 5h. Possibilité de covoiturage depuis Paris, à organiser avec les participants.



LE LIEU :

En Charente, près de Jarnac,
entre Cognac et Angoulême :

Le Dojo du Plessis

10 rue traversière,
Le Plessis, 16170 Mareuil.

Contacts sur place :

Hervé 06.07.31.21.78 et

Catherine 06.62.63.90.77

<https://>

www.ledojuduplessis.com

L'ACCUEIL :

Arrivée le midi ou l'après-midi. 1er repas le midi ou le soir du jour d'arrivée, 1^{er} cours en fin d'après midi. Dernier cours le matin du jour de départ, suivi par le dernier repas du midi. Départ dans l'après-midi.

L'HEBERGEMENT :

Dans la grande maison au 1^{er} étage:

- 1 grande chambre avec 2 lits simples ou 1 double, 1 salle de bain et 1 wc
- 1 chambre avec 1 lit double, 1 salle de bain et 1 wc

Dans la grande maison au 2^{ème} étage:

- un grand espace divisé en 4 chambres semi-closes avec chacune 2 lits simples ou 1 double, et 2 douches et 2 wc à partager

Dans la petite maison au rez de chaussée :

- 1 petite chambre avec 1 lit simple
- 1 salon, 1 salle de bain et 1 wc à partager avec les personnes du 1^{er} étage

Dans la petite maison au 1^{er} étage :

- 2 chambres avec 2 lits simples ou 1 double

APPORTEZ VOS SERVIETTES DE TOILETTES

LES REPAS :

Les 3 repas par jours sont équilibrés, sains, et savoureux ! L'alcool est en supplément. Précisez lors de votre inscription si vous avez un régime spécial, végétarien, sans porc, vegan, ou allergique à certains aliments.

EN AGREMENT :

Le bain japonais (en extérieur, chauffé au feu de bois, le soir sous les étoiles)

La piscine ouverte à partir de cet été

LE TARIF :

100€ par jour, REGLEMENT EN ESPECES.