

Stages résidentiels de Tai Chi Chuan 2021

Claudia Vergé - TAICHI AURORE



UN STAGE DE PRINTEMPS (au choix 3 jours ou les 6 jours)

- Du mercredi 28 avril au samedi 1^{er} mai : tous niveaux
travail autour de la forme lente
- Du samedi 1^{er} mai au mardi 4 mai : spécial avancés
travail des armes et des Tuiliens

DEUX STAGES D'ETE (de 5 jours chacun)

- Du mercredi 14 juillet au lundi 19 juillet
Tous niveaux, axé sur le lent
- Du mercredi 25 aout au lundi 30 aout
Spécial avancés, axé sur les autres pratiques

**Le nombre de participants est limité à 8 personnes par session
MERCI de faire un dépistage covid 3 jours avant**

inscription sur contact@taichi-aurore.fr

**Les arrivées en matinée (jusqu'à 13h30), 1^{er} repas sur place le midi,
1^{er} cours à 17h. Le jour du départ, dernier cours à 9h30, dernier repas à midi.**



LE LIEU : en Charente, près de Jarnac, entre Cognac et Angoulême

Le Dojo du Plessis

10 rue traversière, lieu-dit Le Plessis,
16170 Mareuil.

Contacts sur place :

Hervé 06.07.31.21.78

Catherine 06.62.63.90.77

<https://www.ledojoduplessis.com>

LES COURS :

Dans le dojo ou en plein air,
2 cours de 2h30 par jour :
de 9h30 à 12h et de 16h30 à 19h

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. TGV Paris-Angoulême (2h) ou INTERCITES (3h30)
puis covoiturage Angoulême/Le Plessis 35mn, ou correspondance Angoulême/Jarnac
30mn puis covoiturage Jarnac/Le Plessis 10mn.

En voiture comptez environ 5h. Possibilité de covoiturage depuis Paris, à organiser
avec les participants.

L'HEBERGEMENT : (SERVIETTES DE TOILETTES non fournies)

Dans la grande maison :

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

Dans la petite maison au rez de chaussée :

- 1 petite chambre avec 1 lit simple
- 2 chambres avec 2 lits simples ou 1 double
- 1 salon, 1 salle de bain et 1 wc à partager

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, végan, ou allergique à certains aliments.

EN AGREMENT :

Le jardin et le SPA avec le bain japonais en extérieur, chauffé au feu de bois, le soir sous les étoiles, et la piscine en extérieur pour se détendre avec les cours