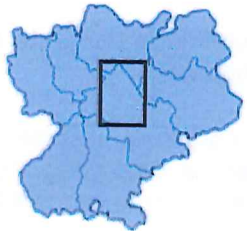


LES COURS EN FRANCE



*En Isère, région
Rhône Alpes*



Organisé par :



Direction :

ANDRE VALLOTTON



Site WEB :

www.taichichuannow.com

 International Academy of
TAIJI NOW · QI GONG

Ecole du Héron Bleu

TAI CHI CHUAN



LES COURS

FRANCE

Ecole du Héron Bleu

VELANNE

Salle des Fêtes « le Bourg »

Lundi soir : 18h30-19h30

Mercredi matin : 9h00-10h00

Contact : Monique BLANCHIN

Tel 04 76 07 61 40

P 06 19 89 44 48

CREYS

Gymnase du groupe scolaire

Jeudi soir : 19h30-21h00

Contact : Sébastien PETIT

Tel 04 26 38 13 36

P 06 74 40 01 81

heronbleucreys@sfr.fr

Associations partenaires

MORESTEL

104 rue blanche

Samedi matin : 9h30-11h30

Contact : Véronique CASTILLO

Tel 04 74 96 95 28

P 06 16 85 02 49

ST LAURENT DU PONT

Salle cartusienne à côté du cinéma

Lundi matin : 10h45-12h00

Ecole du bourg, 3 rue Paul Bert

Mardi soir : 19h30-20h30

Contact : Monique BLANCHIN

P 06 19 89 44 48

SUISSE

Centre Héron Bleu

BIENNE

Rue de la gare 6

Tel 0041 32 322 80 81

Du lundi au vendredi 18H45/20H15

Samedi 10h00-12h00

Cours également à Lausanne et

Yverdon

TAIJIQUAN (TAI CHI CHUAN)

Le Taijiquan est une forme douce d'expression corporelle d'origine chinoise et d'obédience TAOISTE dont le but est le développement de l'unité de la personne, art martial, thérapeutique, art du mouvement, entraînement de la détente et de la respiration. Le TAIJIQUAN est tout cela.

Le TAIJIQUAN n'a pas un fondateur unique, il est plutôt le fruit de la confluence de différents courants et d'une longue évolution enrichie par les Maîtres qui se sont succédés ; dans son essence, il demeure mystérieux. Les buts que l'on peut se fixer et l'usage que l'on peut faire du TAIJIQUAN dépendent des dispositions personnelles de chacun.

Le TAIJIQUAN est pratiqué par des millions d'individus de tous ages en RP Chine, Asie, Amérique, Europe.

TAIJI GONG (TAI CHI KUNG)

Le Taiji gong est une technique de santé et de bien-être d'origine chinoise.

Basé sur des exercices corporels associés à une respiration contrôlée, le Taiji gong vise à favoriser l'équilibre de l'énergie corporelle interne (Chi).

TAIJIQUAN-NOW

La méthode « Now » a été mise au point par Maître Nowas « SHI XING YI », Maître disciple du temple de SHAOLIN en Chine, 32^{ème} génération.

Son originalité réside dans la conception de l'enseignement touchant le domaine de la maîtrise des différentes formes de TAIJIQUAN.

La méthode NOW peut se pratiquer soit comme une méditation, sport doux, une discipline corporelle et un Art martial d'auto-défense.

