

5 STAGES DE TAICHI CHUAN À ANNONAY



BULLETIN d'INSCRIPTION



à retourner **avant le 10 septembre** à :
association Taiji - 17, domaine du Prignon 13100 Saint-Marc-Jaumegarde

Nom

Prénom

Date de naissance

Adresse

Code postal

Ville.....

Tél

Mail

Inscription pour 5 stages de Taichi Chuan

Les horaires :

les vendredis de 18h30 à 20h et les samedis de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 17h30

Les dates :

1 et 2 octobre 2010, 26 et 27 novembre, 7 et 8 janvier 2011, 25 et 26 mars, 10 et 11 juin.

Le lieu : 48, rue Gaston Duclos à Annonay

Le programme :

Révisions spirales de bras, centre, spirales de jambes (appui et action) et yin/yang de la boule des pieds. Respiration taoïste, Qi Gong, Yi Gong, assise. Travail à 2.

Les 5 formes de bras : "bird and snake" (1^{ère} partie)

Début du lien tête / bras.

Le tarif :

Inscription annuelle à taiji : 20 €

Forfait pour les 5 stages : 250 € (possibilité de régler le solde en plusieurs chèques au premier stage).

Inscriptions :

Remplir ce bulletin et joindre un chèque d'arrhes de 145 € (20 € + 50% du montant des stages) à l'ordre de Taiji.

Ce chèque ne sera pas encaissé avant le premier stage début octobre (possibilité de faire plusieurs chèques avec des dates d'encaissement différées).

Le solde (125 €) sera réglé lors du premier stage (*possibilité de faire également plusieurs chèques avec des dates d'encaissement différées*).

Règlement ci-joint à l'ordre de Taiji

Adhésion obligatoire à l'association Taiji valable 1 an : 20 €

Stages : 125 € d'arrhes

Total 145 € sur le même chèque ou en plusieurs chèques.

Penser à fournir un certificat médical en début d'année.

Date : Signature