

# A.R.A.M.I.S.

Association de  
Recherche en Arts Martiaux Internes  
en Sarthe

Siège social  
39 rue Paul Eluard  
72000 Le Mans  
02.43.76.88.08  
06.19.82.28.10



<http://aramis72.taichi.free.fr>  
[aramis72.taichi@free.fr](mailto:aramis72.taichi@free.fr)

## STAGE

avec **Frédéric Plewniak**

S'appuyant sur les principes du taiji et du tuishou, F. Plewniak mène depuis 1999 une démarche exploratoire à la recherche d'une cohérence technique et martiale de sa pratique de l'épée. Adeptes de l'escrime ancienne occidentale, il intègre dans sa pratique des notions fondamentales d'escrime historique en les adaptant aux principes du taiji.

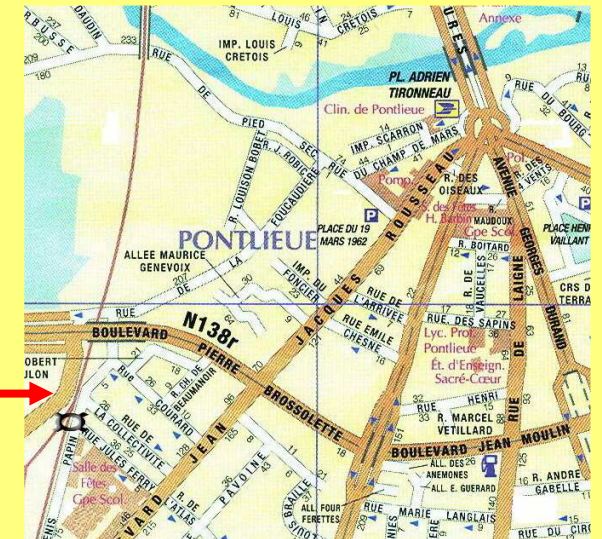


**Samedi 23, dimanche 24  
avril 2016  
9h30 à 12h30 et 14h à 17h**

**Salle Jules Ferry  
Rue Jules Ferry  
(angle rue Denis Papin)  
LE MANS**

Ce stage, vous propose d'approfondir les aspects techniques de l'épée du taiji et d'en explorer la dimension martiale indépendamment du style. Les notions essentielles d'escrime seront abordées au travers d'exercices avec partenaire en mettant l'accent sur le respect des principes du taiji : double lourdeur et fluidité, écoute, transformation, etc. Des applications tirées de notre forme replaceront ces notions dans leur contexte martial.

Le programme est pour tous les niveaux.



## TARIFS

Le week-end : 66€  
Adhésion à ARAMIS et licence : 42€  
12€ pour tout licencié à une fédération.

Inscription et paiement possibles  
En ligne et sur le web.