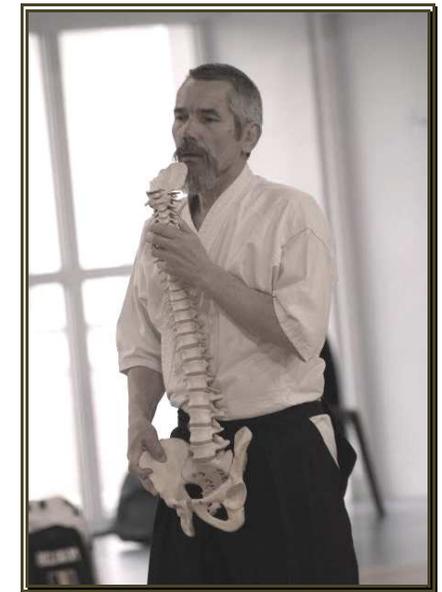




STAGE animé par

Marc APPELMANS

1^{er} et 2 avril 2017 à CAEN



Site Web : <http://taijiquan.caen.free.fr/>

Email : ass.taijiquan.caen@gmail.com

La Mécanique du Corps

Pour tous niveaux !

Notre Invité :

Après avoir vécu longtemps en Belgique, Marc Appelmans s'est installé près de Draguignan. Toujours en recherche, son parcours est très riche, à la fois varié et complémentaire, nous n'en citerons que quelques éléments :

Marc pratique les Arts Martiaux depuis 51 ans et les enseigne depuis 47 ans, dont le Yangjia Michuan TJQ depuis 30 ans.

Diplômé BEE1 (option Judo), il est actuellement aussi professeur de Naginata et exerce des fonctions fédérales d'encadrement de cet art martial japonais.

Pratique le Systema, art martial russe.

Membre du Collège Européen des Enseignants du YMTJQ.

Thème:

La Mécanique du Corps

Étude de la mécanique du corps pour un bon placement, à partir des 13 Postures (Shi San Shi) et du 1^{er} Duan : structure, connexions, harmonisation et esthétique.

- Approche de quelques applications (Yong Fa) pour la justesse du mouvement

- Les déplacements : éléments de base pour un bon placement

- Pourquoi les cardinales et diagonales?

Infos pratiques

Lieu :

Salle Municipale,
Pôle de vie Nord-Est, La Pierre Heuzé
7 place Champlain, CAEN

Prix : 50 euros

N.B. Le stage fait l'objet d'un tout et ne peut être scindé en modules.

Le stage est conçu pour être ouvert à tous, dès la 1^{er} année de pratique

Horaires :

☉ **Samedi 1^{er} avril :**

14h à 18h

accueil à 13h45

☉ **Dimanche 2 avril :**

9h30 à 12h30

et 14h à 17h

Pour le midi il est possible de déjeuner ensemble d'un repas froid que chacun apportera.

Pour nous joindre :

Sonia Sladek : 06.14.17.01.77

Marie-Claude Millet : 06.88.93.41.30

E.mail : ass.taijiquan.caen@gmail.com

BULLETIN D'INSCRIPTION

Stage du 1^{er} et 2 avril 2017

avec Marc Appelmans

NOM

Prénom

Adresse

.....

.....

E.mail

Tél

Merci de vous inscrire par mail,

ou de retourner ce bulletin à :

Marie-Claude Millet,

1 impasse du Rocroi

14200 HÉROUVILLE ST CLAIR

au plus tard le 24 mars 2017

E.mail : ass.taijiquan.caen@gmail.com