



ARTS MARTIAUX DE CHINE

ASSOCIATION ROUGE CÈDRE - WCTA VANNES - SÉNÉ

Affiliée FFK Labellisée sport santé



INSCRIPTIONS TOUTE L'ANNÉE COURS D'ESSAI GRATUIT

TAIJI QUAN style Chen à VANNES

Professeur Christine Ripart CN 5ème DUAN Disciple française de Chen Xiao Wang - WCTA France Bretagne
Cours collectifs - Stages de perfectionnement



« Parfaites pour rester en forme et se défendre, l'étude et la pratique du Tai Chi améliorent la santé du corps, apaisent le psychisme et élèvent l'âme » CHEN XIAO WANG chenxiaowang.com.

DOJO Rdc COMPLEXE SPORTIF LE DERF route de Moustérian 56860 SÉNÉ.

LUNDI de 18h00 à 19h30:

TAIJIQUAN enchaînement long mains nues et épée - Tuishou – applications public : tous niveaux
de 19h30 à 20h00:

TAIJIQUAN enchaînement court mains nues (Poing Canon) public : avancés
professeure CHRISTINE RIPART

Dojo de la Maison des Associations, 31 rue Guillaume le Bartz 56000 VANNES

MERCREDI de 18h00 à 19h30:

TAIJIQUAN exercices de l'enroulement du fil de soie (Chan Si Gong) et enchaînement court à mains nues
Instructrice CORINNE BOUJOT 2ème Dan FFKDA, DIF public : tous niveaux

UCK Nef, salle de danse 12 rue Georges Caldray, 56000 VANNES

JEUDI de 13h30 à 15h00:

TAIJIQUAN enchaînement long à mains nues et lance public : tous niveaux

De 15h30 à 17h00 :

TAIJIQUAN enchaînement long à mains nues et lance public : débutants

Professeure CHRISTINE RIPART

QI QONG à SÉNÉ

(Discipline énergétique et harmonisante chinoise)

Espace ARC EN CIEL, 3 place des Vosges, 56860 SÉNÉ Zone du Poulfanc

LUNDI de 16h30 à 17h30 : QI QONG au fil des saisons techniques d'étirement, respiration, enchaînements. public : tous niveaux

Instructrice : CATHY BRIEY 2ème Dan FFKDA, CQP, certifiée APA (activité physique adaptée)

LIAN GONG et TUINA à SÉNÉ

(gymnastique chinoise)

SALLE BOUEDE complexe sportif LE DERF route de Moustérian 56860 SÉNÉ

LUNDI de 16 h à 17h30 LIAN GONG et TUINA techniques de prévention des douleurs articulaires et auto-massage public : tous niveaux - Professeure CHRISTINE RIPART

Salle des fêtes Place de la Fraternité Centre Bourg 56860 SÉNÉ

JEUDI de 8h30 à 10h15 : LIAN GONG techniques de prévention des douleurs articulaires public : tous niveaux

Assistant ALAIN FOUGERAT 2ème Dan FFKDA, DAF

BAGUA ZHANG à VANNES

(Art martial et énergétique Chinois interne)

Techniques d'absorptions, de création d'angles : percussions, torsions et projections
Une discipline pour harmoniser le Corps, l'Esprit et ses Emotions, pour développer son adaptabilité aux changements
BAGUA-ZHANG Style Gao Yi Sheng Ecole YIZONG

LOÏC DENIS, Instructeur certifié de l'Ecole YIZONG, élève d'Hervé MARIGLIANO. 3ème Dan F.F.K.D.A, titulaire du D.I.F et du C.Q.P A.L.S A.G.E.E,

Maison des Associations, 31 rue Guillaume le Bartz 56000 VANNES

VENDREDI 18h30 à 20h : Techniques de renforcement tendino-musculaires - Apprentissage des techniques fondamentales de mains et de pieds, des changements de Paumes Circulaires et Linéaires, des Tui Shou, Rou Shou et San Shou du Bagua Zhang.

Travail en Solo et en Duo (applications). public : tous niveaux

CHRISTINE RIPART : 06 14 58 40 99

✉ : rougecedretaijiquan@gmail.com

🌐 : ripart.christine - site : chentaiji-rougecedre.fr