

Taiji Bâton

Montpellier France



maître Shen Zhengyu

☯ associationtaichichuan34@gmail.com
www.atcc34.fr

- Dates :** 28-29 septembre 2019
19-20 octobre 2019
18-19 janvier 2020
8-9-10 mai 2020
- Horaires :** vendredi et samedi : 9h30-17h
Dimanche : 9h30- 15h30
- Lieu :** Creps de Montpellier
2 avenue Charles Flahault
34500 Montpellier
- Prix:** 1 jour: 80 € ; 2 jours : 150 € ; 3 jours 220 €
- Repas de midi :** 11.80 €/ repas



Shen Zhengyu (Xinjiang ° 21-04-1965) est le fils de Dr. Shen Hongxun et Dr. Xia Tingyu. Très jeune, il devint l'assistant de son père et acquit une connaissance approfondie de l'énergétique. Il est le fondateur de Taiji Center vzw et de ShenBUQI® International. Shen Zhengyu enseigne les cours de Taiji Nanpai, de méditation, de Qi-Daoyin, de Taijiwuxigong et de Buqi® en Belgique, en France, aux Pays-Bas et en Norvège.

Taiji Bâton

Le bâton, pure simplicité de la nature, est le compagnon du moine et du pèlerin, le soutien du fermier et du berger et un symbole d'intégrité. Cependant, le bâton se transforme en arme redoutable entre des mains expertes. Les prises en main sans cesse changeantes donnent au bâton beaucoup de mobilité.

La connexion du bâton avec les mains permet de déplacer le corps et le bâton dans son ensemble en équilibre. La longueur et la grande portée du bâton développent le contrôle de l'espace physique et aident à étendre les forces de taiji au-delà du corps.

La forme de bâton taiji est basé sur la forme courte Taijiquan NanPai. La forme de bâton développé par Maître Shen Zhengyu, ne contient pratiquement pas de répétitions et est enseigné avec un bâton moyen (du sol aux sourcils).

Vous détendez le corps pendant les exercices. La posture s'améliore. Vous vous tenez plus ferme sur vos jambes et vous devenez plus lisse et plus puissant.

Les débutants apprennent à connaître différentes forces de taiji de manière très pratique. Les pratiquants avancés approfondissent leurs connaissances et leurs compétences en pratiquant le Taiji bâton. Le développement ultérieur des forces taiji peut également être utilisé pour éliminer le binqi.

Organisation ATCC34

Renseignements et inscriptions :

Tél : 06 22 06 61 00

Mail : escobar.francoise@gmail.com

associationtaichichuan34@gmail.com