

# VERSAILLES - CALENDRIER STAGES ET ENTRAINEMENTS DIMANCHES 2021- 2022 ( mis à jour 31/08/21)

Versailles au Gymnase Sévigné de 10h à 12h30  
 stages ATT de 10h à 13h et Tuishou avec Manuel de 9h à 13h

Inscription par mail auprès de Sabine (sabine.metzle@yahoo.fr) **AU PLUS TARD 8 JOURS AVANT le jour du stage** (date maintenue à compter de 8 inscrits)

| Septembre  | Octobre  | Novembre  | Décembre  |
|--|--|---|---|
| 5<br>12<br>19 <b>Eventail</b><br>26 Entraînement   | 3 <b>Eventail</b><br>10 <b>NEIGONG</b> : de la posture<br>17 <b>ATT 1</b><br>24 <b>Vacances</b><br>31 <b>Vacances</b>                        | 7 <b>vacances</b><br>14 <b>Rencontre de L'AMICALE/</b> Entraînement<br>21 <b>Apprendre à tomber les bons réflexes</b><br>28 <b>TUISHOU</b> avec Manuel SOLNON | 5 <b>Eventail</b><br>12 <b>NEIGONG</b> : de la respiration et du souffle<br>19 <b>Vacances</b><br>26 <b>Vacances</b>  |
| ! Attention : Paris-Versailles le 26/9<br><br><b>Armes (Épée et éventails) : niveaux intermédiaire et confirmés</b><br><br><b>autres stages : pour tous</b><br><br><b>Vacances ou manifestation extérieure</b><br><br>Les entrainements du dimanche et du vendredi sont ouverts à tous ceux qui veulent profiter de l'ouverture du gymnase pour une pratique personnelle | Janvier  | Février   | Mars  |
|  | 2 <b>Vacances</b><br>9 Entraînement<br>16 <b>Apprendre à tomber les bons réflexes</b><br>23 Entraînement<br>30 <b>Épée KUNLUN (ancienne)</b> | 6 <b>NEIGONG</b> : Les passes et les cavités<br>13 <b>Épée KUNLUN (ancienne)</b><br>20 <b>vacances</b><br>27 <b>vacances</b>                                  | 6 <b>vacances</b><br>13 <b>Apprendre à tomber Intégrer la chute dans la pratique du Taichi Chuan</b><br>20 <b>Épée KUNLUN (ancienne)</b><br>27 Entraînement |
|  | Avril  | Mai   | Juin  |
|  | 3 <b>NEIGONG</b> : Les circuits du souffle<br>10 Entraînement<br>17 Entraînement<br>24 <b>vacances</b>                                       | 1 <b>vacances</b><br>8 <b>vacances</b><br>15 Entraînement<br>22 Entraînement<br>29 <b>Ascension</b>   | 5 <b>Pentecôte</b><br>12 <b>DU NEIGONG AU NEIDAN</b><br>19 Entraînement<br>26 Entraînement  |
| Vendredi 19h30 à 21h30 : J J. Tharaud Entraînement libres de TUISHOU avec un assistant   |  |   |   |
| <b>TARIFS :</b>  | Armes (Épée KUNLUN / Eventail)<br>Neigong<br>Savoir tomber<br>Stages ATT (10h à 13h)<br>Tuishou avec Manuel Solnon                           | 35 € le stage<br>40 € le stage<br>40 € le stage<br>45 € la séance<br>50 € la séance   | 90 € le forfait 3 stages<br>170 € le forfait 5 stages<br>100 € le forfait 3 stages  |