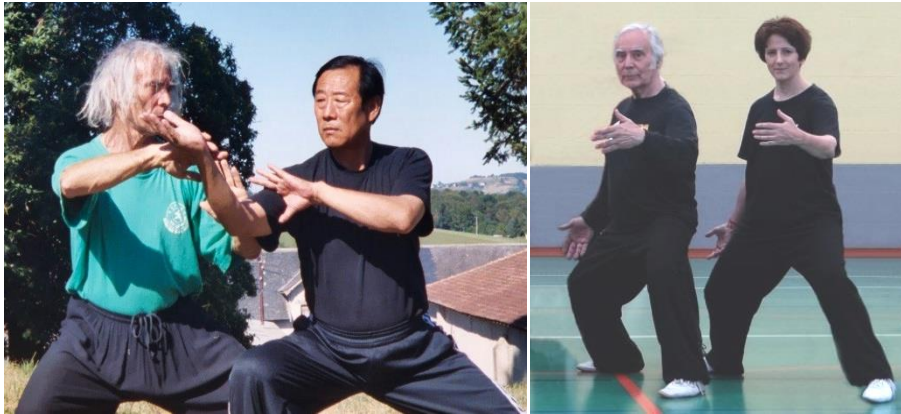


## STAGE NATIONAL de TAIJI QUAN STYLE CHEN

29 et 30 janvier 2022 à MOUGUERRE (64)

Alain CAUDINE, assisté de Pascale GUILLEMET



### ESSENTIELS DU STYLE CHEN ENSEIGNEMENT DU GRAND MAITRE WANG XI'AN

Travail sur les fondamentaux ; *amélioration des notions « de relâchement, des spirales, de la respiration » pour renforcer la dynamique martiale interne du style Chen.*

Travail sur les applications ; *décryptage des applications martiales des formes ; recherche du mouvement spontané pour la défense et la riposte. La fluidité, la souplesse, les changements de rythmes, les sorties de force « fajin » et le tuishou permettent un travail ludique tout aussi bénéfique pour la santé.*

Alain CAUDINE est professeur Diplômé d'Etat de France et de Chine, 7<sup>ème</sup> duan, 1<sup>er</sup> disciple européen depuis 2003 du grand maître WANG Xi'an. Il est le fondateur et responsable pédagogique de l'IRAP\* depuis 2005 et référent au collège technique de la FAEMC \*\* pour le style Chen.

Pascale GUILLEMET est disciple d'Alain CAUDINE, élève du grand maître WANG Xi'an et praticienne en médecine chinoise.

**PUBLIC** : tous les pratiquants et enseignants des Arts Energétiques et Martiaux.

- **Pré-requis nécessaire** : connaître la forme Laojia (Yi Lu ou Er Lu) ou Xinjia (Yi Lu ou Er Lu).

### MODALITES OBLIGATOIRES

- Bulletin d'inscription à renvoyer : [pascaleguillemet@sfr.fr](mailto:pascaleguillemet@sfr.fr)
- PASS SANITAIRE obligatoire

**LIEU DU STAGE** : en intérieur.

<b>Samedi 29 janvier 2022</b> Complexe Haitz Ondoan 7 Lot. Mouguerre Village 6 64990 MOUGUERRE	<b>APRES-MIDI : 14 h à 18 h</b>
<b>Dimanche 30 janvier 2022</b> Complexe Haitz Ondoan 7 Lot. Mouguerre Village 6 64990 MOUGUERRE	<b>MATIN : 10 h à 12 h</b> <b>APRES-MIDI : 14 h à 16 h</b>
<b>PRIX : 45 €/JOUR</b> (HORS REPAS ET HEBERGEMENT : A LA CHARGE DU STAGIAIRE)	

### RENSEIGNEMENTS :

- Pascale GUILLEMET : 06 77 80 81 02 - [pascaleguillemet@sfr.fr](mailto:pascaleguillemet@sfr.fr)
- Alain CAUDINE : 06 84 18 28 78 - [alain.caudine@wanadoo.fr](mailto:alain.caudine@wanadoo.fr)

\* IRAP : Institut de Recherche des Arts martiaux du grand maître WANG Xi'an

\*\* FAEMC : Fédération des Arts Energétiques et Martiaux Chinois