



PLANNING PREVISIONNEL WEEK END DES 25, 26 & 27 avril 2025

VENDREDI		A/C de 18H00 Accueil des participants, remise des clés des chambres				
19H30-20H30		REPAS				
21H		Présentation du week-end et proposition du planning des ateliers et des installations				
SAMEDI	A/c de 7h 30	Petit déjeuner				
	A compter de 8H30	Accueil des participants pour les ateliers				
	9h00 - 10h00 (durée 1h00)	ATELIERS				
		QI GONG Ouvertures/étirements Renaud Hertz	TAIJI BANG Qi Gong avec bâton court Christian Desport	DAOYIN Dégager le Foie, Libérer la Vésicule Biliaire Pascale Artaso	QI GONG Les 5 éléments Stéphane Wellecan	QI GONG Automassage avec les fouets en bambou Matthieu Garry
	10h15 - 11h45 (durée 1h30)	QI GONG Tigre et serpent Xavier MIOQUE	QI GONG Les 6 cercles et la danse du dragon Nicole Plat-Sempéré	BAGUA ZHANG Mains collantes du pakua & développement Franck Noden	TAIJI QUAN Taichi Wudang Colette PASSET	QI GONG Qi Gong de l'Oie Sauvage (1ère forme) Christian Regny
	12h00 - 13h00	REPAS				
	13h45 - 15h00 (durée 1h15)	TAIJI QUAN Wudang - Tuishou des 4 directions Laurence Ritter	TAIJI QUAN Da Lu à deux, jeu de questions-réponses Matthieu Garry	BAGUA ZHANG Simple changement de paume Franck Noden	TAIJI QUAN Taolu de double éventail Colette PASSET	AIKIDO La non opposition Philippe Guichard
	15h30 - 16h45 (durée 1h15)	KUNG FU Bases et applications Christian Desport	XING YI QUAN Mains rapides du Xing Yi Quan & développement Franck Noden	TUISHOU Echanges dirigés, échanges libres Laurence Ritter & Matthieu Garry		Danse et énergie FLAMENCO : découvrez l'énergétique flamenca François Guerrero
	17h30 - 20h00	Accueil : 17h30 - Début AG : 17h45 - ASSEMBLEE GENERALE DU COMITE REGIONAL NOUVELLE AQUITAINE				
	A/C de 20h30	Apéro, cocktail dînatoire musical & dansant				
DIMANCHE	A/c de 7h 30	Petit déjeuner				
	A compter de 8H30	Accueil des participants pour les ateliers				
	9h00 - 10h00 (durée 1h00)	ATELIERS				
		QI GONG Tigre et serpent Xavier MIOQUE	TAIJI BANG Qi Gong avec bâton court Christian Desport	DAOYIN Dégager le Foie, Libérer la Vésicule Biliaire Pascale Artaso	QI GONG Les 5 éléments Stéphane Wellecan	QI GONG Qi Gong de l'Oie Sauvage (1ère forme) Christian Regny
	10h15 - 11h45 (durée 1h30)	TAIJI QUAN Wudang - Tuishou des 4 directions Laurence Ritter	QI GONG Les 6 cercles et la danse du dragon Nicole Plat-Sempéré	XING YI QUAN Dui lan wu xing lien tao (Combiné des 5 éléments) Franck Noden	KUNG FU Bases et applications Christian Desport	AIKIDO La non opposition Philippe Guichard
	12h00 - 13h30	REPAS				
	FIN DU WEEK END					

Repas : petit-déjeuner 7h30
 déjeuner 12h00
 dîner 19h30