



ATB

ASSOCIATION TAICHI CHUAN DE LA BRUCHE

ECOLE DE TAICHI CHUAN TRADITIONNEL

PRATIQUES DE BIEN-ETRE ET DE SANTE

EPEE, EVENTAIL, TUISHOU, NEIGONG

Reprise des cours : lundi 9 septembre 2024

www.taichi-inpact.fr - wenwujig@gmail.com - 06 08 94 33 46

L'Association de Taichi chuan de la Bruche transmet depuis 2008 un patrimoine du corps et de l'esprit de l'école traditionnelle de Taichi chuan et de Neigong du Yangjia Michuan transmis par M. Wang Yen-Nien.

Le Taichi chuan est un art du mouvement du corps et de l'esprit et un art martial doux et souple ; une méditation en mouvement et une aide précieuse au service de la santé et du bien-être.

Une pratique pour se centrer et bien respirer, étirer son corps en douceur et en profondeur pour développer une souplesse naturelle, affermir son équilibre, apaiser le cœur. Des exercices simples, en solo ou à deux, qui stimulent la concentration, la confiance en soi et la spontanéité.

Un temps partagé et d'échange hebdomadaire en groupe dans la simplicité et la bienveillance.

- ☯ Taiji Quan traditionnel et Tui Shou (applications à deux)
- ☯ Nei Gong : pratique de respiration et de méditation taoïste.
- ☯ Armes et attributs du Taiji Quan : épée, éventail.
- ☯ Pratiques de bonne santé.

Enseignement :

Christian BERNAPEL, diplômé d'état, 8^{ème} duan. Enseigne le Taichi chuan et le Neigong depuis 1983. Elève direct de M. Wang Yen-Nien (1914-2008) et de Charles Li (Li Zheng-Yi).

Assisté par les pratiquants confirmés de l'ATB.

L'ATB est affiliée à la Fédération Française des Arts Énergétiques et Martiaux Chinois - www.ffaemc.fr

Cours les lundi soir de 18h30 à 20h30

Espace du Lavoir : 1, rue du Moulin - 67120 Ernolsheim/Bruche

Cotisation - adhésion :

Tarifs	Tarif normal	Tarif étudiant
Cours	150€	130 €
Adhésion-licence-assurance	40 €	40 €
Prise en charge ATB	20€	20 €
Total Annuel	170€	150€