

## Bon d'inscription

Week-end du 26 juin au 27 Juin

- Simple Xiang : 160 € (Prévoir son matériel)

Du Lundi 28 juin au Vendredi 2 Juillet

- Nei Dan : 70 €
- Taiji bang : 70 € (Prévoir son matériel)
- Forme 24 : 160 €
- Initiation Ba Gua : 100 €

Total =

Acompte 20% =

Le chèques sont à libeller à l'ordre de **NOI GIA DAO**.

Pour les participants qui souhaiteraient payer leur inscriptions le 1<sup>er</sup> jour du stage un règlement en espèce sera demandé.

**Les supports (DVD Livres) sont obligatoirement à régler en espèces**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Mail :

Téléphone :

Bon d'inscription et acompte sont à remettre à vos professeurs avant le 4 Juin 2010

# Chen Shi XinYi Hun Yuan Tai Ji Association Noi Gia Dao

## Stage de Tai ji Quan Style CHEN

### Maître Wang Feng Ming

### Asnières 2010



**Du Samedi 26 Juin 2010 au Vendredi 2 Juillet 2010**  
**Gymnase Concorde**  
**27 rue de la Concorde**  
**92600 Asnières sur Seine**

En collaboration avec European Hun Yuan Tai Ji Association

Contact : [stagewfmparis@gmail.com](mailto:stagewfmparis@gmail.com)

## Programme

Nei Dan qi gong

Taiji Bang (Prévoir son matériel)

Forme de 24 mouvements San Chu Pao

Simple Xiang ( Prévoir son matériel)

### PLANNING Du 27juin au 2 juillet

Horaires	sam/26/juin	dim/27/juin
9H00	Simple Xiang	Simple Xiang
12H30		
Pause		
14H30	Simple Xiang	Simple Xiang
18H30		

Horaires	lun/28/juin	mar/29/juin	mer/30/juin	jeu/01/juil	ven/02/juil
9H00	Taiji Bang	Taiji Bang	Taiji Bang	Taiji Bang	Taiji Bang
10H30					
10H40	Nei Dan	Nei Dan	Nei Dan	Nei Dan	Nei Dan
12H30					
Pause					
14H30	24 San Chu Pao	24 San Chu Pao	24 San Chu Pao	24 San Chu Pao	24 San Chu Pao Révision
16H30					
Pause					Fin du stage
16H40	Ba Gua initiation	Ba Gua initiation	Ba Gua initiation	Ba Gua initiation	
18H30					

# Initiation Ba Gua Asnières 2010

## Ba Gua Zhang inner door formal lineage

First generation:

DongHai-Chuan

Second generation:

Li Ts'un-I / Yin Fu / ChenTing-Hwa / ChangChao-Tung / LiangChen-F'u

Third generation:

LiuBin

Fourth generation:

LiuXing-Han

Fifth generation:

WangFeng-Ming



Master Wang Feng-Ming with his Ba Gua teacher Liu Xing-Han and his Ba Gua brothers in Heaven's Temple Park in Beijing 1972.

# Initiation Ba Gua Asnières 2010

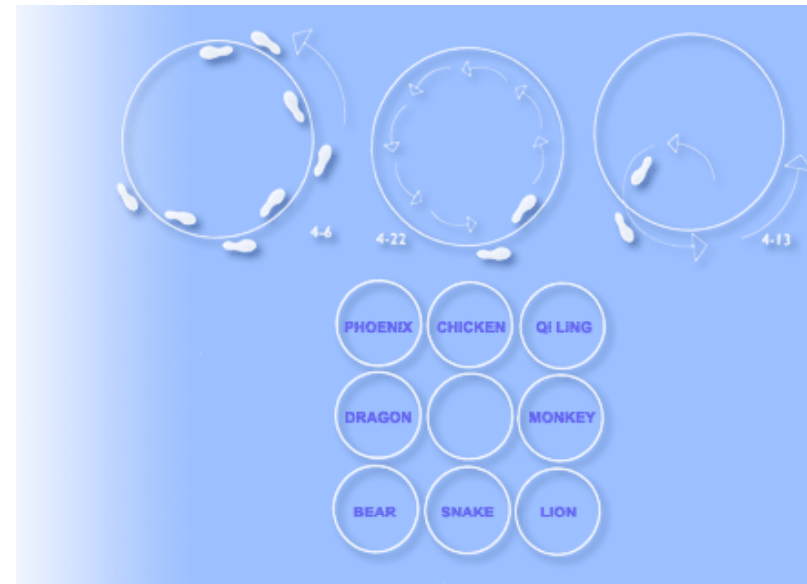
- What are "eight diagrams" (Ba Gua) and how to practice eight diagrams? Eight diagrams refer to eight directions and there is a circle with 1.5 meter in diameter on each of the eight directions.

1. The practitioner walks in eight steps around each circle, each step stands for one direction together with one movement. So one dose eight movements. Repeat the exercise clockwise and counterclockwise.

2. The eight circles stand of eight animals respectively, and the practitioner should exercise the movement of each animal around each of the eight circles. Repeat the exercise clockwise and counterclockwise.

3. There are eighteen kinds of weapons that can be used in practice of eight diagrams. The practitioner can practice the eight movements of a certain kind of weapon. Repeat the exercise clockwise and counterclockwise.

As eight diagrams is unique in technical theory, attack style and practice methods, and is different from other type of Wushu, it is preferred by a lot of Chinese Wushu fans and fans of other countries.



Names	Chinese
1 Fierce Tiger Leaves the mountain	猛虎出山
2 Huge Roc spreads wings	大鵬展翅
3 Lion Opens mouth	獅子張口
4 White Ape offers the peach	白猿獻桃
5 Embrace the moon to the chest	懷中抱月
6 Black Bear stretches arms	黑熊探臂
7 Point to heaven & strike the ground	指天插地
8 Green Dragon Stretches claws	青龍探爪