

INVITATION

à la journée de présentation

de l'**AIT**

Dimanche 19 juin

à Rennes



E T A I

Ecole de Taijiquan
et Arts Internes

La journée annuelle de l'A.I.T. Ouest à Rennes

.....
Pour la journée annuelle de découverte, l'AIT et l'ETAI sont heureux de vous inviter le 19 juin au parc des Gayeulles à Rennes.
.....

Programme de la journée annuelle

9H30-10H : Accueil «autour d'un thé»

10H-11H : Atelier «Qi Gong & séries préparatoires»

11H-12H : Atelier «Autres styles»

12H-... : Passage «Etapes AIT»

12H30-14H30 : Pic-nic

14H30-15H30 : Atelier «Armes»

15H30-16H30 : Atelier «Tui-shou»

16H30-17H : Forme en groupe

17H-... : Clôture «autour d'un verre»

Qi Gong :

Qi Gong du Bagua (Nico), travail du bassin (Tonio),
Wuji Qigong (Damien)

Autres styles :

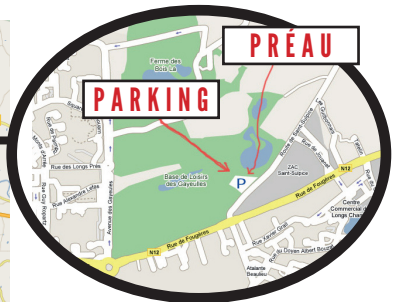
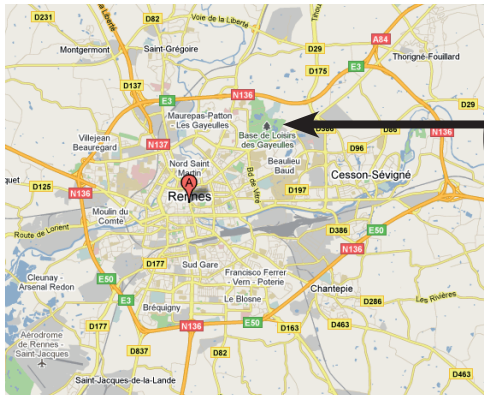
Bagua (Nicolas), Yang ancien (Antonio), Qigong
Shaolin (Florian)

Armes :

Bâton Bagua (Nico), épée (Tonio), poignards (Damien)

Tui-shou :

Qin-Na (techniques d'immobilisation) sur Tui-shou
à 1 main (Florian & Eric) puis Tui-shou libre



Rendez-vous sous le grand
préau au bord de l'étang

Apporter son pic-nic

Pour inscription aux étapes AIT et toutes informations complémentaires
vous pouvez envoyer un mail
à contact@arts-internes.fr ou téléphoner au 06 28 32 54 98