

ARTS MARTIAUX INTERNES

Samedi 14h30-15h30 :
5, 12 et 19 décembre

Vendredi 19h-20h:
11 et 18 décembre

5 étapes en Visio pour
rentrer dans la dimen-
sion martiale des arts
internes

Qi Gong

Tai Chi Chuan

Xingyi Quan



ATELIERS DECOUVERTE ET APPROFONDISSEMENT

*« Apprendre, c'est changer.
Changer, c'est connaître la profondeur des choses »*



Ce stage régulier et biannuel a pour but de faire progresser le petit groupe de Clermont. A cette occasion, nous souhaitons faire partager cette expérience aux licenciés FFKDA ; au vu des restrictions sanitaires vous devrez assister depuis chez vous si possible en duo familial ou professionnel afin de pratiquer les exercices à deux. L'autre peut-être complet débutant et ne paiera rien.

la video sur https://youtu.be/DVk0k9y_3Fg

« Ce stage vous propose une panoplie d'outils indispensables pour réveiller votre capacité latente, optimiser votre structure physique et énergétique, et créer une vision accessible à la pratique traditionnelle non occidentalisée des arts martiaux internes ainsi que du Qi Gong »

Dirigés par SO CHO KUN Maître d'Arts Martiaux Internes Chinois
Chef de la succursale de Tei Sey Ryu Kokujutsukan France

« Les Arts martiaux internes se distinguent de beaucoup d'autres arts martiaux occidentaux et orientaux par le fait que l'accent n'est pas mis sur le travail musculaire, mais sur un travail intérieur du souffle, de l'énergie et de la conscience. En conséquence, la pratique des arts martiaux internes est accessible à tous. » Maître So Cho Kun



Organisé par **ESPRIT SHAOYIN** (Tarifs pour 5 fois 1h), : **90 €** (tarifs réduits pour nos élèves et licenciés FFK **80€**, les demandeurs d'emplois et étudiants **45€**) à régler avant le 3 décembre par chèque, chèques vacances, coupons sport ou paiement en ligne. Exceptionnellement le tarif s'entend pour une personne ou par **DUO** familial ou professionnel. <https://www.esprit-shaoyin.com>

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES, place limitées: cecile@esprit-shaoyin.fr 06 70 74 91 32