



Ecole FA TAIJI – Printemps 2025
4 jours du 1er au 4 Mai

Taiji Quan – Dao Yin **Qi Gong – Méditation**



Au Centre de Ressourcement Energétique de
Maraval (CREM) – 802 route d'Almayrac
81640 Monestiés



Jean-Jacques Galinier organise un séminaire de **4 jours du Jeudi 1er au Dimanche 4 Mai** autour des pratiques énergétiques du Tao avec du **Taiji Quan styles Yang et Chen, Dao Yin Yang Sheng Gong du Foie et la Nage du Dragon, Nei Guan (Méditation) et Zhan Zhuang (posture de l'arbre)**



PROGRAMME :

- ☯ 8H15 à 8H45 **Zhan Zhuang** (facultatif) à partir du 2^{ème} jour
- ☯ 9H à 10H Yang Sheng Gong du **Foie**
- ☯ 10H15 à 12H15 Taiji Quan style **Chen** (tous niveaux)
- ☯ 14H30 à 16H **La Nage du Dragon**
- ☯ 16H15 à 18H Taiji Quan style **Yang** (tous niveaux)
- ☯ 18H15 à 18H45 **Nei Guan** (Méditation guidée)

Accueil avec le thé et le café à partir de 8h30 - le cours commencera à 9h30 le premier jour
Le dernier jour nous finirons le Dimanche midi après un feed back des participants

Le **cuisinier Enzo** nous concoctera des repas végétariens extraordinaires (17 €/repas) ou gestion libre

Coût du stage : Adhérents Fa Taiji : 200 € ou 60 €/jour – Extérieurs : 250 € ou 70 € / jour

Hébergements : voir fiche d'inscription

Renseignements et réservations au **09.72.51.17.01** ou **06.62.33.68.22** – cremaraval@gmail.com

Paiements en CB, chèques, chèques vacances, coupons sport

Centre de Ressourcement Energétique de Maraval - CREM

802 rte d'Almayrac/Maraval – 81640 Monestiés

www.centre-ressourcement-energetique-maraval.fr & www.fataiji.fr