



## ITCCA Grenoble

Branche régionale de l'International Tai Chi Chuan Association  
929 Route de la Sure. 38880 Autrans-Méaudre en Vercors  
Email : [itcca@taichigrenoble.com](mailto:itcca@taichigrenoble.com)  
Tel. 07 69 86 86 82



# Stage de Tai Chi Chuan

**Samedi 7 (9h30) au lundi 9 janvier 2023 (17h)**

Ce stage s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent approfondir la Forme du Style Yang Original.

Pendant ce stage, nous allons nous préparer avec des Yi Gong, ensuite vient l'apprentissage, le perfectionnement de la Forme, progressivement de la 1<sup>e</sup> Partie à la 3<sup>e</sup> Partie à partir du samedi, début à 9h30 (1<sup>e</sup> et 2<sup>e</sup> Parties), dimanche et lundi : début 9h : 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> Parties.

Les gestes et les postures sont vérifiés avec des tests individuels ou avec un partenaire pour vérifier leur efficacité, améliorer leur justesse et apprendre à ressentir et développer notre discernement afin de retrouver ce précieux Qi, le Souffle, qui est le but premier de notre pratique.

**Participation : 70 € /jour** (à l'ordre de ITCCA Grenoble). Les 3 jours : 200 Euros

Inscription et réservation : envoyez nous un mail : [info@xpeo.fr](mailto:info@xpeo.fr), ou SMS au **07 69 86 86 82**

Stage dirigé par Paul Woo Fon

Nombre de places limité pour un meilleur suivi, ne tardez pas à vous inscrire.

## Hébergements :

Escandille : Tél 04 76 95 32 02 • <https://escandille.com>

Hôtel La Tapia : Tél. 04 76 95 33 00 • [www.hotellatapia.fr](http://www.hotellatapia.fr)

Gîte à côté du centre, 10 à 15mn à pied : La Ferme des Epérières • [www.les-eperies.fr](http://www.les-eperies.fr)

Gîte plus économique à Méaudre : Gîte les Epicéas • 06 70 86 79 01 • Denis Galloti • 20€ /nuit, adhésion 10€

Autres hébergements sur le site de l'OT d'Autrans.