



## ITCCA Grenoble

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



# Stage de Tai Chi Chuan : 1e Partie

## Vendredi 19 (9h30) au dimanche 21 Avril 2024 (17h)

### Première Partie de la Forme du Style Yang Originel

Apprentissage et approfondissement de la Forme avec les principes internes, avec des corrections individuelles et des tests des positions.

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.

Chaque séance débute par des exercices **XPEO** : Yi Gong et Exercices Taoïstes.

**Horaires : 9h30 – 12h, 15h – 17h30**

**Participation : 180 €** pour les 3 jours , ou **60 €/jour**, règlement sur place

**Inscription : par téléphone : 07 69 86 86 82, par mail : [info@xpeo.fr](mailto:info@xpeo.fr)**

Stage dirigé par Paul Woo Fon

### Hébergements :

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

Hôtel Au Feu de Bois : Tél. 04 38 02 07 20 • [www.hotelfeudebois.com](http://www.hotelfeudebois.com)

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.

\* Nous disposons au centre quelques chambres doubles ou plus, hébergement en pension complète, participation au frais. Nous contacter pour connaître les disponibilités.