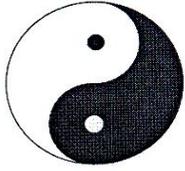


**Académie WUDANG**

ASSOCIATION LOI 1901

氣功



太極拳



**TAICHI CHUAN & QI GONG**

*Le bien-être à la chinoise !!!*



**TAICHI CHUAN**

*(Taijiquan)*

*Style YANG SAU CHUNG*

*Style CHEN.*



**QI GONG**

*Pratique chinoise  
pour le bien-être et la santé*



**Académie WU DANG**

Association loi 1901

14 bis rue Albert Thomas  
08000 Charleville-Mézières

Tél 03.24.40.30.52

**Professeur diplômé d'état**

***www.taichi08.com***

*Le QI GONG (t'chi kong)* est la discipline chinoise de bien-être et de santé par excellence. Ses origines remontent à 7000 ans environ.

Sa pratique repose sur 3 points essentiels :

- *Les techniques corporelles*
- *La qualité de la respiration*
- *Le calme mental*

Ses bienfaits sont multiples : relaxation, harmonie, détente, gestion du stress, développement de la condition physique et de la vitalité, amélioration des fonctions vitales de notre corps...



*Le TAICHI CHUAN (taijiquan)* se traduit littéralement par « *boxe du faite suprême* ». Elle est la gestuelle du YIN et du YANG par excellence ! Ses mouvements lents souples et ronds effectués dans la lenteur procurent bien-être, détente et harmonie...



*le QI GONG et le TAICHICHUAN* sont les disciplines que l'ont voient pratiquer très tôt le matin en Chine dans les parcs...

*Venez les découvrir et  
les pratiquer au sein  
de notre académie !!!*

**Jours & horaires des cours**

**1. QI GONG "gymnastique  
énergétique chinoise de santé"**

Tous niveaux :

- Mardi de 18h30 à 19h30

**2. Taichi Chuan style YANG**

Débutants

- Mardi de 19h30 à 20h30

Avancés

- Jeudi de 19h15 à 20h30

**3. TAIJQUAN style CHEN  
& HUN YUAN QI GONG**

Débutants & intermédiaires

- Jeudi de 18h15 à 19h15

**Frais de participation :**

1 discipline : 85€/trim ou 237/an

2 disciplines : 110€/trim ou 300€/an

3 disciplines : 130€/trim ou 360€/an

*le paiement annuel peut s'effectuer  
par 3 chèques encaissés les 3  
premiers mois.*

**Tarifs spéciaux** pour les étudiants,  
les personnes privées d'emploi ou  
bénéficiaires des minima sociaux  
**17€50/mois** (sur présentation d'un  
justificatif)!

**Prévoir pour les entraînements**  
une tenue et des chaussures de sport  
souples !

**1 cours d'essai gratuit** est  
accordé à toute personne souhaitant  
découvrir nos activités !!!



Adresse :

**14bis rue Albert Thomas  
08000 Charleville-Mézières**

**Téléphone : 03.24.40.30.52**

Quartier de la Houillère :

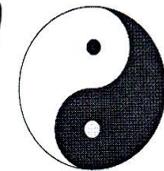
Suivre la rue de Monthermé, tourner  
à gauche après la boulangerie  
HUART – l'académie WUDANG  
se situe à 150m environ sur la droite  
en descendant la rue Albert Thomas.

**Rejoignez notre académie !!!**

**Académie WUDANG**

ASSOCIATION LOI 1901

氣功



太極拳



**TAICHI CHUAN & QI GONG**

**Visitez notre site internet !**

***www.taichi08.com***