

## Programme

**Vendredi 26/07 après-midi**  
15h00 – 18h00 taichi

**du 27/07 au 29/07**  
09h00 – 12h00 Taichi  
15h00 – 18h00 Taichi

**Mardi 30/07**  
09h00 – 12h00 Taichi

Fin du 1er stage



### Lieux:

**Complexe sportif**  
**18160 LIGNIERES**

### **TARIFS**

<b>Forfait pour les 8 jours</b>	<b><u>540,00 €</u></b>
1/2 journée	40,00 €
1 jour	80,00 €
2 jours	150,00 €
3 jours	215,00 €
4 jours	280,00 €
5 jours	360,00 €
6 jours	430,00 €
7 jours	490,00 €

\* Remise - 20 % sur un stage pour les couples

**L'intervenant Jean-François BILLEY**  
Conseiller Technique de la FABTCC

## **Une école indépendante** **Un enseignement atypique**

Jean-François Billey ancien conseiller technique à la Fédération Française de WUSHU, pratique le taichi chuan depuis plus de 40 ans. A travaillé les principes internes durant une vingtaine d'années avec Maître CHU KING HUNG. Sa rencontre avec le docteur SHEN HONGXUNG, expert en énergétique chinoise, l'a conforté dans l'évidence que toute technique se doit d'éviter le formatage que la codification des arts martiaux peut engendrer.

De quelle manière ? La mise en évidence d'appuis (pieds/mains) aide à prendre conscience de l'axe vertébral (canal central); Cela permet le libre mouvement du diaphragme qui selon les postures yin/yang engendre l'inversion de la respiration. Sans cette compréhension, le travail d'ouverture des coudes et des genoux, si particulier à notre enchaînement, resterait rigide et n'aurait aucun sens. Ces ouvertures sont nécessaires à la fluidité des mouvements et à la libre circulation de l'énergie.

Par sa recherche et un travail important, Jean-François BILLEY a atteint un réel niveau de maîtrise de l'énergie interne.

Il nous propose de nous ouvrir aux bénéfices de la pratique du taichi chuan.

Il a mis au point une série d'exercices préparatoires qui seront proposés durant le stage.

Les stages qu'il anime nous offrent une manière idéale de rencontrer cet art martial interne et d'en approfondir sa pratique.

**Le 31 juillet à partir de 14h fête des 40 ans de notre fédération de taichichuan à la salle des fêtes de Lignières, réservation du repas pour la soirée obligatoire avant le 15 juillet !**

**Jeudi 01/08 après-midi**  
15h00 – 18h00

**Du 02/08 au 04/08** taichi  
09h00 – 12h00 Taichi  
15h00 – 18h00 Taichi

**Lundi 05/08**  
09h00 – 12h00 Taichi

Fin du 2ème stage

**Veillez apporter zafu, épée et sabre**