

Stage international de Taiji, Kung-fu, Sanda, Bingdao et Qi gong

第6届法国中华武林大会

Date : 28 oct. au 05 nov. 2023

Lieu : Gymnase **INSA**, Adresse : 160 avenue Galilée 76800 Saint-Étienne-du-Rouvray

Objectif : -Promouvoir le Taiji, le Kung Fu, Sanda, Bingdao et le Qi gong

- découverte de théories sur le taiji de relations avec médecine chinoise, application de technique martial et d'avantage pour la santé e longévité.

-Conseils d'apprentissage de postures de maintenant de la santé

-Mieux connaître et apprendre l'original art martiaux chinois et des programmes chinoise

-Perfectionner tous niveaux avec les experts chinois et les champions

-Les formations pour les enseignants et les athlètes de Taiji, Kung-Fu et Qi gong

Bienvenus

aux stages exceptionnel avec la délégation chinoise, des experts et des champions de Monde pour apprendre des nouveautés comme le Taiji tuishou, Bingdao et promouvoir et perfectionner vos niveaux directement en France.

*Fin du stage, nous délivrerons un **certificat** de stage par Fédération chinoise de Wushu*

Pointes fortes

Public : Ouvert à tous et toutes pour tous les niveaux

(Les débutants et les confirmées, les enfants, adultes, femmes et hommes)

Contenus : Stages et formation

Taiji -Style Chen/ Style Yang, mains nue, l'épée et éventail)

-Taiji Tui shou

Kung-Fu : Chang quan et Nanquan

Sanda : (boxe chinoise 散打)

Bingdao : 兵道 (Duanbing 短兵) Nouvelle discipline en Kung-Fu.

(Combat libre avec des armes-petit bâtons et protection en compétition)

Qi gong: **Daoyin yangshen gong**

Hébergements :

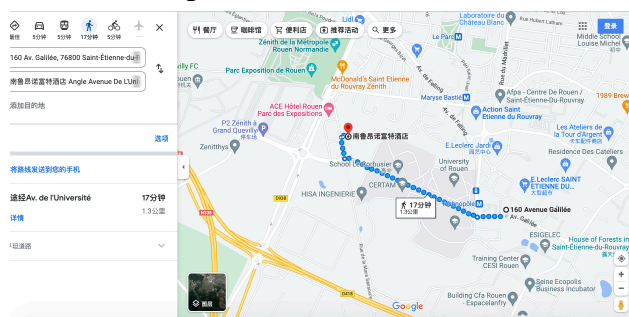
(Gym Insa à Hôtel 1.3 km, 17minutes à pieds)

-Hotel Novotel

-Hôtel Ibis

-Hotel company

-Libre



Transport : par train, Paris à Rouen et puis prendre le métro : Gare-verte à terminus de technopole.

Par voiture, adresse : **Gymnase INSA, 160 avenue Galilée 76800 Saint-Étienne-du-Rouvray**

PROGRAMME

Date : (28/10 à 05/11/2023)

Lieu : ST. Etienne du Rouvray, au gymnase INSA Adresse : 160 avenue Galilée 76800 Saint-Étienne-du-Rouvray

Détaille voir le site : ACSEC

Date	Matin	après-midi	Soir
10/27	Arrivée	Installation à Hôtel	
10/28 Sam	Stage de WE 09 :00-12 :00	Stage de WE 14 :00-17 :00	
10/29 Dim	Stage de WE 09 :00-12 :00	Stage de WE 14 :00-17 :00	
10/30 Lun	Stage 09:00-12:00	Stage 14:30-17:30	
10/31 Mar	Stage 09:00-12:00	Stage 14:30-17:30	
11/01Mer	Stage 09:00-12:00	Stage 14:00-17:00	
11/02 Jeu	Stage 09:00-12:00	Stage 14:30-17:30	
11/03 Ven	Stage 09 :00-12 :00 Délivrer les certificats	Stagiaires : Départ	
11/04 Sam	Stage de WE 09 :00-12 :00	Stage de WE 14 :00-17 :00	
11/05 Dim	Stage de WE 09 :00-12 :00	Stage de WE 14 :00-17 :00	
11/06 lun	Départ		
PS : Mis à jour (05/10/23)	Pointes fortes : Fin du stage, nous délivrerons un certificat de stage par Fédération chinoise de Wushu (AMC)	Et Nouveautés : Bingdao/combat avec les petits bâtons	

Contact : 06 72 04 33 20 / 06 04 12 69 87 / 06 88 21 06 27

E-mails : secretaire@acsec-france.org

Site : acsec-france.org

Par courrier : 64 Avenue Olivier Goubert, 76800 Saint-Étienne-du-Rouvray

Contenu de toutes disciplines ci-dessous :

(Une fois vous aurez votre inscription vous pouvez changer les disciplines quand vous souhaitez)

Disciplines		Week-end 1		Semaine			Week-end 2		
		28-oct	29-oct	30-oct	31-oct	01-nov	02-nov	03-nov	04-nov
Taiji	8 portes - 5 pas (simple)	X		X			X		X
	Taiji style Yang	X		X			X		X
	Taiji style Chen			X			X		X
	Taiji jian (épée)	X							
	Taiji éventail			X			X		X
	Tuishou			X			X		X
Kung-fu	Chang quan	X				X			X
	Nan quan					X			X
	Sanda	X				X			X
	Bingdao (Duanbing)	X				X			X
Qi gong	Qi gong (seulement 29)		X						

Formulaire d'inscription et Tarifs :

Formulaire d'inscription



Stage international de Taiji, Kung-fu, Sanda, Bingdao et Qi gong

du 28 octobre au 05 novembre 2023



Nom :
Prénom :
Date de naissance :
Adresse :
CP : Ville :
Tél portable :

Email obligatoire (*en majuscules et très lisiblement*) :

A remplir lisiblement en lettres majuscules

Discipline : Taiji Kung-fu Sanda Bingdao Qi gong

Niveau Débutant Confirmé

Vous pouvez changer la discipline librement pendant la durée des stages

		Tarif normal	Tarif Enfant (-14ans)	Tarif étudiant	Tarif couple	Tarif Club + de 10 pers.	Total
1	Stage week-end 1 28 et 29 oct 2023	120€	60€	95€	95€	110€	
2	Stage week-end 2 4 et 5 nov 2023	120€	60€	95€	95€	110€	
3	Stage de la semaine du 30 oct au 03 nov 2023	280€	140€	225€	225€	255€	
4	Stage 1 semaine et 1 week-end	350€	175€	280€	280€	320€	
5	Forfait tous les jours et toutes disciplines	400€	200€	320€	320€	360€	
6	Forfait 1 jour	80€	40€	32€	32€	70€	
7	Journée Qi gong du 29 oct 2023 (<i>date et tarif uniques</i>)	80€	40€	64€	64€	70€	
8	Total						
	Observations éventuelles						

Inscription + règlement à envoyer à l'adresse ci-contre

- Chèques à l'ordre de l'ACSEC
 Règlement en espèce le 1er jour de stage (en intégralité)
 Facture (*sera envoyée après l'évènement par mail*)



Michèle HOUSSIN
Secrétaire ACSEC
64 Avenue Olivier Goubert
76800 Saint-Étienne-du-Rouvray

Tenue sportive correcte exigée (tenue arts martiaux, survêtement, chaussures de sport, ...).

Conditions de remboursement : en cas de blessure pendant le stage, fournir un certificat médical ; vous serez remboursé au prorata des jours effectués mais au tarif forfait jour.
Ex: vous prenez un forfait « tous les jours et toutes disciplines » à 400€, blessure au 2^{ème} jour, vous serez donc remboursé 2 jours à 80€ - 400€ soit 240€

Contact : Michèle Houssin - 06 72 04 33 20 - secretaire@acsec-france.org

Date	Week-end 1	
sam 28 oct <input checked="" type="checkbox"/>	09h à 12h	14h à 17h
dim 29 oct	09h à 12h	14h à 17h
horaires 6eme festival		

Date	Semaine	
lun 30 oct	09h à 12h	14h30 à 17h30
mar 31 oct	09h à 12h	14h30 à 17h30
mer 01 nov	09h à 12h	14h à 17h
jeu 02 nov	09h à 12h	14h30 à 17h30
ven 03 nov	09h à 12h	-

Date	Week-end 2	
sam 04 nov	09h à 12h	14h à 17h
dim 05 nov	09h à 12h	14h à 17h

Attention : Vous pouvez trouver tous les détails sur notre site : [acsec](#)