



STAGE NATIONAL D'ETE

Dirigé par un Maître du Temple de Shaolin

太
极
拳

Tai Ji Quan
Qi Gong

气
功

à Autrans , dans l'Isère
(1200m d'altitude, en pleine nature)

du 4 au 10 Juillet 2010



Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22
M. RAHIM M. ☎ : 06.08.32.93.43

✉ KUNG FU DEVELOPPEMENT BP 85112 34073 Montpellier Cedex 3

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr



Stage National de Tai Ji Quan du 4 au 10 juillet 2010

FICHE D'INSCRIPTION

PHOTO
A
Coller

(Feuille à renvoyer complétée avec le règlement **avant le 25 juin 2010**)

Kung-Fu Développement BP 85112 34073 MONTPELLIER CEDEX 3

Attention places limitées : réservez votre stage dès maintenant pour être sûr d'avoir une place

Prière de joindre une enveloppe timbrée libellée à votre adresse pour la confirmation d'inscription

M.

Mme

Mlle

NOM

Prénom

Date de Naissance et Age

Adresse complète 

Numéro de Téléphone 

E-mail et Site Internet :

Profession

Style pratiqué

Nbre d'années de pratique et Grade
(facultatif)

Diplôme(s) ou titre(s) sportif(s)
(facultatif)

Autre(s) discipline(s) et/ou sport(s)
(facultatif)

**Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22
M. RAHIM M. ☎ : 06.08.32.93.43**

✉ KUNG FU DEVELOPPEMENT BP 85112 34073 Montpellier Cedex 3

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr

AUTORISATION PARENTALE

Je, soussigné :Père, Mère, Tuteur (1)

demeurant à :
.....

Tél. :.....

AUTORISE MON ENFANT

Nom :.....

Prénom :.....

Né(e) le :

à :.....



A participer au stage de **Tai Ji Quan** qui se déroulera à **AUTRANS** dans l'Isère du **4 au 10 Juillet 2010**.

Je donne mon accord pour tous transports et j'autorise la prise en charge médicale pour tout incident pouvant survenir pendant le stage.

Joindre obligatoirement un certificat médical de la saison " apte à la pratique des arts martiaux "

Pendant la semaine de stage, les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vols, dégradations, etc...

A _____, le _____.

Signature Obligatoire

Faire précéder la signature de la mention manuscrite " certifiée sincère et exacte "

(1) Rayer les mentions inutiles

Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22

M. RAHIM M. ☎ : 06.08.32.93.43

☒ **KUNG FU DEVELOPPEMENT BP 85112 34073 Montpellier Cedex 3**

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr

MODALITES D'INSCRIPTIONS

pour le Stage d'été de Tai Ji Quan - du 4 au 10 Juillet 2010

Faites un choix entre les **deux forfaits** proposés :

FORFAITS	ADULTE	Cochez	ENFANT (de 13 à 15 ans)	Cochez
STAGE UNIQUEMENT	290,00 Euros	<input type="checkbox"/>	250,00 Euros	<input type="checkbox"/>
STAGE + Pension Complète	540,00 Euros	<input type="checkbox"/>	495,00 Euros	<input type="checkbox"/>

(1) : Les tarifs indiqués sont calculés sur la base d'une chambre pour 3 à 4 personnes :

Si vous désirez avoir une chambre pour 2 personnes : supplément de 86 euros par personne

Si vous désirez avoir une chambre individuelle : supplément de 120 euros

- Pour les accompagnateurs (sans le stage) : 390.00 Euros en pension complète
- Pour les personnes préférant arriver la veille, prière de nous contacter pour la réservation et l'accueil

VERSEMENT D'ARRHES

Je soussigné(e),....., demeurant.....
.....

déclare vouloir m'inscrire au STAGE D'ETE de Tai Ji Quan dirigé par un Maître du Temple de Shaolin, du 4 au 10 Juillet 2010 inclus.

- Je commande l'arme, l'éventail au tarif de 25 € (merci de joindre le chèque)
- Je commande l'arme, l'épée au tarif préférentiel de 35 € (merci de joindre le chèque)
- J'arrive la veille avec un supplément de 65 € (repas du soir + nuitée + petit déjeuner)

Je m'engage à verser **50 % de mon forfait** au titre d'arrhes correspondant à la réservation de ma participation à ce stage (libeller le chèque à l'ordre de « Kung Fu Développement »).

Je solderai le prix total le premier jour du stage.

Fait à _____, le _____
SIGNATURE OBLIGATOIRE
(signature des parents obligatoire pour les enfants mineurs)

Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22
M. RAHIM M. ☎ : 06.08.32.93.43

✉ **KUNG FU DEVELOPPEMENT BP 85112 34073 Montpellier Cedex 3**

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr

PROGRAMME DU STAGE

Durant cette semaine de stage, lors de l'étude des formes, le groupe se divisera en deux parties. Vous apprendrez deux formes de Tai Ji Quan, une pratique à mains nues et une pratique avec arme. Vous pourrez encore faire votre choix le premier jour de stage.

Mains nues : Style Chen ou Yang

Avec arme : Style Chen à l'éventail ou à l'épée

DIMANCHE 4 JUILLET

MATIN :

De 10 h à 11 h 00 :

- Accueil des stagiaires et règlements administratifs et financiers

De 11 h à 12 h :

- Présentation du Maître du Temple de Shaolin
- Démonstration du contenu du stage

LUNDI 5 JUILLET

MATIN :

De 9 h 30 à 11 h 30 :

- Méditation
- Qi Gong
- Etude de la forme
- Assouplissements
- Initiation à la pratique de la médecine chinoise (étude des Méridiens)
- Questions pour se perfectionner

APRES-MIDI :

De 15 h 30 à 18 h 00 :

- Echauffements
- QI GONG (étude du Chi)
- Pratique des mouvements de base du Tai Ji Quan
- Etirements
- Etude technique de relaxation



APRES-MIDI :

De 17 h 00 à 19 h 15 :

- Méditation
- Travail d'énergie active en milieu naturel
- Etude de la forme
- Chin na (Techniques de Clés)
- Application technique de Tai Ji Chuan
- Relaxation – Qi Gong



Apéritif offert en fin de journée à tous les stagiaires

Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22
M. RAHIM M. ☎ : 06.08.32.93.43

✉ **KUNG FU DEVELOPPEMENT** BP 85112 34073 Montpellier Cedex 3

Sites Internet : www.kungfuasso.com <http://shaolinkungfu.free.fr>

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr

MARDI 6 JUILLET

MATIN :

De 9 h 30 à 11 h 30 :

- Méditation
- Etude de la forme
- Application pratique avec partenaire
- Etirements
- Initiation à la langue Chinoise

APRES-MIDI :

De 17 h 00 à 19 h 15 :

- Perfectionnement et étude de la forme
- Etude des éléments naturels
- Qi Gong
- Relaxation
- Questions pour perfectionnement



MERCREDI 7 JUILLET

MATIN :

De 9 h 30 à 11 h 30 :

- Méditation
- Qi Gong (les formes universelles)
- Etude Théorique de la Médecine Chinoise
- Relaxation
- Echange des Connaissances

APRES-MIDI :

De 17 h 00 à 19 h 15 :

- Travail d'énergie active
- Etude de la forme
- Application pratique avec partenaire
- Calligraphie Chinoise
- QI GONG - Relaxation



Soirée thématique "LE TEMPLE DE SHAOLIN" à partir de 21h00

- Possibilité d'acheter des souvenirs en provenance du Temple de Shaolin (sabre, épée, tenues de Moine, bracelets, chapelets, peintures sur toile...)

- Projection vidéo, discussion et débat ouvert avec les Moines de Shaolin.



Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22
M. RAHIM M. ☎ : 06.08.32.93.43

✉ **KUNG FU DEVELOPPEMENT** BP 85112 34073 Montpellier Cedex 3

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr

JEUDI 8 JUILLET

De 10 h 00 à 16 h 30 : Sortie dans le Vercors

"Le Tai Ji Quan et le Qi Gong en Milieu Naturel"

- Méditation
 - Perfectionnement et étude de la forme
 - Application pratique avec partenaire
 - Etirements
 - Qi Gong
 - Initiation à la langue Chinoise
- Prévoir une casquette, un pull, de la crème de protection solaire pour la sortie.



VENREDI 9 JUILLET

MATIN :

De 9 h 30 à 11 h 30 :

- Qi Gong
- Etude de la forme
- Assouplissements
- Questions pour approfondissements



APRES-MIDI :

De 17 h 00 à 19 h 15 :

- Qi Gong
- Perfectionnement et étude de la forme
- Application Technique avec partenaire
- Relaxation
- Etirements



Renseignements : **Coordinateurs nationaux** : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22

M. RAHIM M.

☎ : 06.08.32.93.43

✉ **KUNG FU DEVELOPPEMENT** BP 85112

34073 Montpellier Cedex 3

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr

SAMEDI 10 JUILLET

MATIN :

De 9 h 15 à 11 h 00 :

- Révision totale du programme et correction des erreurs techniques et schématiques

De 11 h 00 à 11 h 30 :

⇒ Démonstration du Maître du Temple de Shaolin - Tao supérieur à mains nues ou avec arme

⇒ Séance photo-souvenir

⇒ Délivrance du certificat de stage

Fin du stage

Le programme du stage pourra subir de légères modifications (en cas d'intempéries, ...)

Affaires à prévoir pour le stage :

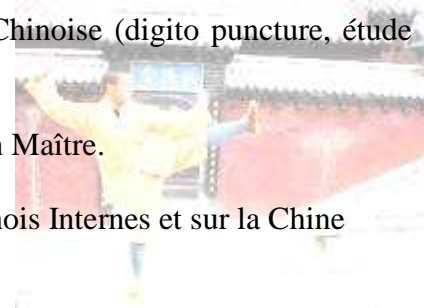
Affaires de toilettes - tee shirt - casquette - crème solaire - tennis - KWay - maillot de bain - 1 bouteille d'eau - Petit Sac à dos pour la sortie - serviettes de bains.



BILAN DU STAGE :

A la fin du stage, les stagiaires auront acquis les connaissances suivantes :

- ⇒ Connaissances des éléments de base du QI GONG Interne et Externe
- ⇒ Initiation à un tao supérieur de TAI JI QUAN de style Yang ou Chen à mains nues
- ⇒ Initiation à un tao supérieur de TAI JI QUAN de style Yang ou Chen avec Armes (Epée et éventail)
- ⇒ Acquisition de techniques de CHIN NA relatives au Tai Ji Quan
- ⇒ Acquisition de techniques d'étirement et de relaxation
- ⇒ Initiation aux Principes de la Médecine Chinoise (digito puncture, étude des méridiens ...)
- ⇒ Initiation à la Calligraphie Chinoise par un Maître.
- ⇒ Plus de Culture sur les Arts Martiaux Chinois Internes et sur la Chine



P.S. :Tous les stagiaires seront corrigés par le Maître de Shaolin

Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22
M. RAHIM M. ☎ : 06.08.32.93.43

✉ KUNG FU DEVELOPPEMENT BP 85112 34073 Montpellier Cedex 3

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr

L'HEBERGEMENT :

Les conditions de logements sont les suivantes :

Les stagiaires en pension complète seront logés dans des chambres pour trois personnes.

*Si vous désirez avoir une chambre pour 2 personnes :
supplément de 85 euros*

*Si vous désirez avoir une chambre individuelle :
supplément de 120 euros*

Prière de nous le signaler le plus rapidement possible afin d'effectuer la réservation

Ces chambres comprennent : - une salle de bain avec douche
- lits séparés
- placards
- possibilité de lits d'appoint pour les enfants en bas âge



LES REPAS

Ils seront pris au restaurant

Le petit déjeuner comprend :

- Café, Chocolat, Thé ...
- pain, beurre, confiture, viennoiserie
- laitages : yaourt ou fromage
- jus d'orange
- fruits...

Le déjeuner et le dîner comprennent :

- une entrée
- un plat de résistance
- fromage
- un dessert
- vin



Pour les végétariens et végétaliens merci de nous le signaler sur la feuille d'inscription.

LES ACTIVITES

Vous pourrez bénéficier de :



- piscine couverte avec grand bassin
- sauna (fermé après 19h30)
- table de ping pong
- baby foot
- boulodrome
- terrain de basket, foot ...
- petite salle de musculation
- tir à l'arc sur réservations avec 6 personnes minimum...



Toutes ces activités sont proposées à titre gratuit.

Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22

M. RAHIM M.

☎ : 06.08.32.93.43

✉ **KUNG FU DEVELOPPEMENT** BP 85112

34073 Montpellier Cedex 3

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr



Lieu de rendez-vous pour tous les stagiaires :

L'ESCANDILLE à Autrans

Le Samedi à partir de 18h30 ou le dimanche à 10h00.

Plan d'accès : Train + Autocar

- Prendre le train jusqu'à GRENOBLE
- Prendre la correspondance en autocar : Grenoble / Autrans

Coordonnées de la compagnie des Bus, Allo Transisère : 08 20 08 38 38

Si vous signalez au chauffeur du bus que vous vous rendez à l'Escandille, le bus vous amènera jusqu'au centre.

Plan d'accès : en Voiture

- Sortie de l'autoroute à Grenoble
- Prendre la direction de Villard de Lans, LANS EN VERCORS
- Ensuite prendre la direction de AUTRANS
- Arrivé(e) dans la ville, suivre le panneau d'indication "ESCANDILLE".

Renseignements : Coordinateurs nationaux : M. TERCHAGUE A. ☎ : 04.67.07.57.97 ou 06.14.36.27.22

M. RAHIM M.

☎ : 06.08.32.93.43

✉ KUNG FU DEVELOPPEMENT BP 85112

34073 Montpellier Cedex 3

Sites Internet : www.kungfuasso.com [http:// shaolinkungfu.free.fr](http://shaolinkungfu.free.fr)

E-mail : kungfudeveloppement@yahoo.fr