

Journée découverte  
samedi 16 juillet



# L' Art du Chi

## Stage 16-20 juillet 2022

Champanges en Haute-Savoie  
«entre lac et montagne»

Tai Ji Quan - Relaxation  
Qi Gong - Méditation

2 enseignants  
Véronique Brondy et Thierry Chastaing



### les 2 thèmes du stage

#### Approfondir pour les pratiquants des 24 et les 108 postures.

Deux groupes distincts (24 et 108) seront constitués les après-midis.  
- les cours de Tai Chi permettront de travailler la mémorisation des postures et la notion de posture juste... «celle qui vibre bien».  
- les cours de Chi (sol) aborderont les techniques de Chi avancées.

Le matin, les cours de Chi et de Tai ji sont communs et de niveau 24 postures. Ce stage est ouvert aux pratiquants de la région (Thonon, Annemasse, Annecy) ainsi qu'aux pratiquants d'autres régions.

#### Permettre une initiation, une découverte

Les personnes débutantes ont deux possibilités d'initiation.  
- participer uniquement à la journée découverte du samedi 16.  
- suivre l'ensemble du stage qui comprends la journée du samedi 16 + les quatre matinées des 17, 18, 19 et 20 juillet. Les après-midis sont libres. (repos, baignades, balades...)

#### Lieu du stage Salle des fêtes de Champanges

Champanges est un joli village tranquille situé entre lac et montagne, en pays de Gavot, sur les hauteurs, entre thonon et Evian. Avec ces deux salles, la salle des fêtes est vaste et agréable. Elle est accessible facilement.

Nous pratiquerons sur les terrains herbeux et boisés autour de la salle. Nous explorerons aussi d'autres lieux de belle nature environnante.

#### Les enseignants

Ils sont passionnés par la transmission de cette discipline de l'Art du Chi. Ils transmettent avec rigueur l'enseignement reçu de Vlady Stévanovitch qu'ils ont intégré depuis plus de 20 ans.

Organisation : Association Graine de Tao - Larringses

Retrouvez  
le lien  
avec votre  
énergie  
vitale





## Hébergement - restauration

● l'hébergement est à votre charge. Il existe de nombreuses possibilités dans les villages avoisinants. Le camping de la Prairie à Champanges, le domaine de l'Olifant à 5 minutes - les gîtes communaux de la commune de Larringes. Voir l'office de tourisme d'Evian et Vallée d'abondance. Voir aussi sur Airbnb.

Les villages proches : Larringes, Féternes, St Paul, Bernex, Marin. Plus loin Thonon & Evian.

● un hébergement est possible chez les pratiquants locaux, contactez-nous par mail.

● la restauration de midi est à votre charge, apporter votre pique-nique. Nous gérons des pauses inter-cours.

## Horaires

### ● pour les débutants

- samedi de la journée découverte : cours de 9h00 à 12h00 - 14h00 à 17h00

- cours du dimanche au mercredi : de 9h00 à 12h00.

### ● pour les pratiquants 24 ou 108 postures.

- du samedi au mercredi : cours de 9h00 à 12h00 - 14h00 à 17h00.

A savoir : la grande pause entre 12h00 et 14h00 permet de se restaurer, de se reposer et de faire le trajet pour les groupes partis en balades.

## Tarifs de l'enseignement

● Adhésion Asso Graine de Tao : 5€ (pour les non-adhérents 2021/2022)

### ● DÉCOUVERTE

- journée découverte du samedi 16 : **57€**

- stage complet : **165€** (samedi + 4 matinées)

### ● PRATIQUANTS

- 1 journée : **57€**

- stage complet : **265€** (5 jours)

- participation minimale (2 jours de suite)

Réduction de 10% pour les adhérents de Thonon et Champanges.

Contact : Véronique Brondy : 06 88 57 05 67 — mail : brondy.vero@orange.fr



## Inscription - stage Art du Chi 16/20 juillet 2022 à Champanges en Haute-Savoie

à retourner à association - Graine de tao chez Véronique Brondy - 610B, route de Montet 74500 LARRINGES

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_ Tél : \_\_\_\_\_

e-mail : \_\_\_\_\_

### ● DATES :

DÉCOUVERTE samedi 16

DÉCOUVERTE stage complet

PRATIQUANTS stage complet

PRATIQUANTS - les : .....

### ● HÉBERGEMENT

pas besoin

j'ai besoin d'un hébergement

je propose un hébergement

### ● NIVEAUX :

débutant

24 postures

108 postures

votre enseignant : .....

### ● RÉSERVATION

Je verse la somme de 100 € à l'ordre association « Graine de Tao », (chèque non encaissé avant le début du stage, inscription dans la limite des places disponibles et par ordre de réception du courrier. En cas d'annulation par les organisateurs, aucune compensation financière n'est envisageable. Les sommes versées seront alors restituées.)

Date :

Signature :