

ORGANISATION DES CRÉNEAUX HORAIRES
A S Meudonnaise, Section : TAI CHI CHUAN / QI GONG Saison 2020-2021

Reprise période mercredi 9 juin jusqu'au 30 juin 2021 inclus

Siège : 8, avenue de Trivaux, 92190 MEUDON ; Tél. : 01 45 07 95 50 ; Fax : 01 46 23 92 72

E-mail : asmeudon@wanadoo.fr ; Internet : www.asmeudon.asso.fr

Marc TILLIER 06 70 93 64 26 (Président) tillier.marc@wanadoo.fr

Site WEB : www.asmeudontaichiqigong.fr

Lieu de pratique : Salle d'armes Curie (Ecole maternelle/Inspection académique Pierre et Marie-Curie)
 2, rue Pierre et Marie-Curie 92360 Meudon la Forêt

Le parking de l'inspection académique est à utiliser uniquement le soir à partir de 18h00

JOUR	HORAIRES	ACTIVITES	ENSEIGNANT
LUNDI	*C1	10h00-11h00 -Taiji Quan mains nues (débutants et +) Etude des bases / apprentissage	Jeanne DUGUINE
	*C2	11h00-12h00 -Qi Gong Santé (tous niveaux)	Laurence CHAMPENOIS
	*C3	19h00-20h00 -Qi Gong Santé (tous niveaux)	Robert CARTER
	*C4	20h00-21h30 -Taiji Quan mains nues (débutants et +) : 1 ^{re} partie (3/4 h) - Débutants : Etude des bases / apprentissage formes courtes 2 ^e partie (3/4 h) - Débutants + : Apprentissage/ approfondissement formes courtes	Robert CARTER
MERCREDI	PL	18h00-18h30 -Echauffement, automassages	Atelier libre
	*C5	18h30-19h30 -Qi Gong Santé (tous niveaux)	Robert CARTER
	*C6	19h30-20h30 20h30-21h00 -Taiji Quan mains nues (confirmés) -Taiji Armes	Robert CARTER
JEUDI	*C7	10h00-11h00 - Qi Gong Santé (tous niveaux)	Laurence CHAMPENOIS
	*C8	11h00-12h00 -Taiji Quan mains nues (2 années de pratique et +)	Laurence CHAMPENOIS
SAMEDI	**AE	9h30 -10h30 - Atelier Eventail	Jeanne DUGUINE
	**A	10h30-12h00 - Ateliers libres dirigés Qi Gong et Taiji Quan : révision des formes apprises lors des cours - ou Pratique libre en groupe	et/ou élève expérimenté

Nota : C = cours ; PL = pratique libre ; A = ateliers libres dirigés ; AE = atelier éventail