

## ORGANISATION DES CRÉNEAUX HORAIRES

### A S Meudonnaise, Section : TAI CHI CHUAN / QI GONG Saison 2022-2023

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

E-mail : [asmeudon@wanadoo.fr](mailto:asmeudon@wanadoo.fr) ; Internet : [www.asmeudon.asso.fr](http://www.asmeudon.asso.fr)

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

Site WEB : [www.asmeudontaichiqigong.fr](http://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*

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

JOUR N° ref : C, PL, A	HORAIRES	ACTIVITES	ENSEIGNANT
<b>LUNDI</b> *C1	9h00-10h00	- Qi Gong Santé (tous niveaux)	Laurence CHAMPENOIS
*C2	10h00-11h00	-Taiji Quan mains nues (débutants et +) Etude des bases / apprentissage	Jeanne DUGUINE
*C3	11h00-12h00	-Qi Gong Santé : même programme que C1	Laurence CHAMPENOIS
*C4	19h00-20h00	-Qi Gong Santé (tous niveaux)	Robert CARTER
*C5	20h00-21h00	-Taiji Quan mains nues (débutants et +) : - Débutants : Etude des bases / apprentissage formes courtes	Céline LEGER
<b>MERCREDI</b> PL	18h00-18h30	-Echauffement, automassages	Gisela TILLIER
*C6	18h30-19h30	-Qi Gong Santé (tous niveaux)	Robert CARTER
*C7	19h30-20h30 20h30-21h00	-Taiji Quan mains nues (confirmés) -Taiji Armes	Céline LEGER
<b>JEUDI</b> E	9h00-10h00	-Entraînement équipe pédagogique	
*C8	10h00-11h00	- Qi Gong Santé (tous niveaux)	Laurence CHAMPENOIS
*C9	11h00-12h00	-Taiji Quan mains nues (2 années de pratique et +)	Laurence CHAMPENOIS
<b>VENDREDI</b> **A1	10h00-12h00	- Ateliers libres dirigés Qi Gong et Taiji Quan : révision des formes apprises lors des cours - ou Pratique libre en groupe	Gisela TILLIER Jeanne DUGUINE
<b>SAMEDI</b> **AE **A2	9h30 -10h30 10h30-13h00	- Atelier Eventail -Ateliers libres dirigés Qi Gong et Taiji Quan : révision des formes apprises lors des cours - ou Pratique libre en groupe - ou Stages	Gisela TILLIER Jeanne DUGUINE

**\*Les cours ont lieu suivant la période d'activité du calendrier 2022-2023 scolaire à partir du lundi 19/09/22. \*\*Les ateliers débuteront le samedi 1 octobre 2022.**