



ASSOCIATION SHEN CH'I
INSTITUT POUR LE DEVELOPPEMENT
DES ARTS CLASSIQUES DU TAO



20^{ème} ANNIVERSAIRE

17 et 18 juin 2023

FICHE D'INSCRIPTION

(À renvoyer avant le 15 mai 2023)

Nom :

Prénom :

N° Téléphone :

Mail :

Accompagné de Personnes (famille, amis). (Une fiche d'inscription par personne)

Lieu : Maison UCJG Echéry – La petite Liepvre N°1a / 68160 Ste Marie aux Mines
<http://ucjg.schiltigheim.free.fr/accueil.php>

Jour d'arrivée : 16/06 (fin d'après-midi)

Jour de départ : 18/06 (matin)

17/06 (avant midi)

18/06 (après-midi)

17/06 (après-midi)

19/06*

*contacter les organisateurs

Moyen de Transport :

- Véhicule personnel

- Animaux de compagnie

- Train

o Gare d'arrivée : Strasbourg

Sélestat

o Heure d'arrivée :

o Gare de départ : Strasbourg

Sélestat

o Heure de départ :

- Avion

o Aéroport d'arrivée : Strasbourg (à privilégier)

Mulhouse-Bâle

o Heure d'arrivée :

o Aéroport de départ : Strasbourg (à privilégier)

Mulhouse-Bâle

o Heure de départ:

Tarifs

	Membres	Non membres
Forfait du 16 au 18 juin 2023 (2 nuits)	60€	70€
Forfait du 17 au 18 juin 2023 (1 nuit)	40€	50€

Paiement

- Virement bancaire (merci d'indiquer « 20ans Shen ch'i / votre nom et prénom)
 - o RIB : 10278 01010 00022746201 71
 - o IBAN : FR76 1027 8010 1000 0222 4620 171
- Chèque (à l'ordre de l'association Shen Ch'I IDACT)
- Espèces (à régler à votre arrivée)

Logistique

- Literie : prévoir parure de draps + couverture ou sacs de couchage + taie d'oreiller

Prise des repas (à la charge des stagiaires)

- La cuisine est très bien dotée en matériels (fours, plaque gaz, sauteuse, friteuse, armoires froide, congélateurs). Elle est en libre accès pour mijoter vos petits plats.
- De plus, le samedi soir, le barbecue est à votre disposition également (l'association se charge de fournir le charbon de bois et les boissons)

Contacts

Président : Daniel MATTERN 07 68 02 80 95 / danmatt67@msn.com

Secrétaire : Jean SALQUE 06 64 65 46 18 / jean.salque@gmail.com





ASSOCIATION SHEN CH'I IDACT

20^{ème} ANNIVERSAIRE

PROGRAMME



- 17/06 10h00 – 11h00 : QI GONG – KAI MEN SHI
- 11h00 – 12h00 : ZIRAN XING YI QUAN
- 12h00 : Repas tiré du sac et accueil des derniers stagiaires
- 13h30 – 14h00 : Qi GONG GUN FA – La marquise de Daï (travail au bâton)
- 14h00 – 16h00 : TANG LANG GUN FA (merci de prévoir votre bâton)
- Atelier débutant : les 25 techniques + 1^{er} Taolu
 - Atelier confirmé : les 25 techniques + 2nd Taolu
- 16h00 – 16h30 : Pause
- 16h30 – 18h30 : Wing Tsun – Siu Nim Tao + Yongfa
- 19h30 : Apéritif
- 20h30 : Repas tiré du sac et libre de partage
- 18/06 8h00 – 8h00 – 8h30 : QI GONG – BADUAJIN
- 8h30 – 10h30 : HUNG GAR QUAN
- Atelier débutant : Siu Lo Hon + Yongfa
 - Atelier Confirmé : Fu Hok Sheun Yin Kuen (tigre et grue)
- 10h30 – 11h00 : Pause
- 11h00 – 12h00 : Yongfa (Self défense)
- 12h00 – 14h00 Repas
- 14h00 – 17h30 : WU XING QUAN TAOLUS (école Shen Ch'i)
- 14h00- 15h00 : La forme de bois
 - 15h00 – 16h00 : La forme de feu
 - 16h00 – 16h30 : Pause
 - 16h30 – 17h30 : La forme de Terre
 - 17h30 – 18h00 : QI GONG – KAI MEN SHI
 - 18h00 FIN DU STAGE