

## STAGES PARTICULIERS DE TAIJI QUAN STYLE CHEN

ANNEE 2022 MAULEON (64)

Alain CAUDINE, assistée de Pascale GUILLEMET

Dans un cadre agréable et typique au cœur du Pays Basque



### SUR LES BASES DES FORMES DU STYLE CHEN

LAOJIA YI LU/ERLU- XINJIA – SANSYOU

ENSEIGNEMENT DU GRAND MAITRE WANG XI'AN

Travail sur les fondamentaux ; *amélioration des notions « de relâchement, des spirales et de la respiration » pour renforcer la dynamique martiale interne du style Chen.*

Travail sur les applications ; *décryptage des applications martiales des formes ; recherche du mouvement spontané pour la défense et la riposte. La fluidité, la souplesse, les changements de rythmes, les sorties de force « fajin » et le tuishou permettent un travail ludique tout aussi bénéfique pour la santé.*

Alain CAUDINE est professeur Diplômé d'Etat de France et de Chine, 7<sup>ème</sup> duan, 1<sup>er</sup> disciple européen depuis 2003 du grand maître WANG Xi'an. Il est le fondateur et responsable pédagogique de l'IRAP\* depuis 2005 et référent au collège technique de la FAEMC \*\* pour le style Chen.

Pascale GUILLEMET est disciple d'Alain CAUDINE, élève du grand maître WANG Xi'an et praticienne en médecine traditionnelle chinoise.

**PUBLIC** : pour tous les pratiquants et enseignants des Arts Energétiques et Martiaux.

- **Pré-requis nécessaire** : connaître la forme Laojia (Yi Lu ou Er Lu) ou Xinjia (Yi Lu ou Er Lu).
- **Sur demande, un atelier de perfectionnement, du Laojia ou toute autre forme (épée), peut être envisagé**

**MODALITE OBLIGATOIRE : PASS SANITAIRE**

**HEBERGEMENTS :**

- CHATEAU DE LIBARRENX.  
<http://www.chateau-libarrenx.com/>  
[info@chateau-libarrenx.com](mailto:info@chateau-libarrenx.com).
- Camping UHAITZA : chalet, mobil-home, camping tente  
<https://www.camping-uhaitza.com/>
- Autres hébergements : [www.soule-basque.com](http://www.soule-basque.com)

**Côté courses** : A 10 minutes en voiture : hyper carrefour, Intermarché, magasin bio, boucheries, boulangeries, cave coopérative, etc.

**ORGANISATION DU STAGE** : (Mauléon)

Aménagement possible des horaires en fonction de la saison et de la météo.

**MATIN : 10 h à 12 h**

**APRES-MIDI : 16 h à 18 h**

**PRIX : 50 €/JOUR**

*(HORS REPAS ET HEBERGEMENT : A LA CHARGE DU STAGIAIRE)*

**RENSEIGNEMENTS** : [pascaleguillemet@sfr.fr](mailto:pascaleguillemet@sfr.fr)

**Tél. : 06 77 80 81 02**

\* IRAP : Institut de Recherche des Arts du Poing de Wang X'ian

\*\* Faemc : Fédération des Arts Energétiques et Martiaux Chinois