



CHANSI (prononcer TCHANSEU) vous propose deux approches de cette discipline qui peuvent être complémentaires ou se pratiquer séparément. La première est l'apprentissage et la pratique du Taiji Chuan comme art martial traditionnel. La deuxième est l'apprentissage d'enchaînements souples en lien avec un travail de respiration que nous appelons le Tai Chi-Gong (gymnastique TAOÏSTE).

Notre association pratique et enseigne le style CHEN.

LES BIENFAITS DU TAIJI QUAN – L'énergie le Qi –

La pratique du Taiji Quan renforce la faculté d'attention et de concentration.



Sur le plan physique, il permet un renforcement musculo-articulaire, il améliore l'équilibre et la souplesse. Il renforcerait aussi le système immunitaire et le bien-être général. Le Taiji a des effets sur l'équilibre émotionnel, la diminution du stress et de l'anxiété.

Le Taiji est une vraie discipline qui nécessite une pratique régulière pour en retirer tous les bienfaits.

LES COURS

Cours hebdomadaires : Halle des Sport de Pradines : mercredi : 10h00 - 12 h00
 Foyer Rural de Flottes : lundi - jeudi : 18h30 - 20h30

- Autres cours - bimensuels - mensuels - stages : voir planning annuel pour la salle et les dates.

- Actions complémentaires : divers stages sont proposés par notre association sous la direction de l'enseignant de Chansi ou du disciple du Maître, président de l'IFTJZD. Chaque année un stage national de l'IFTJZD a lieu au centre sportif de Bugeat (19). Un voyage en Chine est prévu en avril 2019.

- Motivée pour la promotion de notre art martial et sa pratique, l'association *Taïchi Chuan Pradines-Chansi* s'investit depuis sa création pour mettre en œuvre une politique économique afin de permettre à un maximum d'élèves de participer à ces actions complémentaires.

- Un cours spécifique est proposé le lundi de 10h00 à 12h00 – Halle des sports de Pradines.

Pendant ou suite à une période de santé fragilisée, nous vous proposons de remettre le corps en mouvements (conditions et tarif : voir avec l'association).

Tenue vestimentaire : vêtements souples et amples - chaussures de sport semelle plate - évitez bracelets et montre

Enseignement

Professeur principal : Gérard Monteil diplômé
Art Martial Chinois Interne FFWushu AEMC
 Assistantes-IFTJZD : Ingrid Provost - Jocelyne Prévost
 Autres assistants : Yves Botreau – Alexis Ratier

Contact

Président : 06 74 81 15 95
 Enseignant : 06 72 51 41 06
 Mail : association.chansi@yahoo.fr
 site : www.chansi-taichi.fr

INSCRIPTION

Pour devenir membre de l'association *Taïchi Chuan Pradines-Chansi* et de l'IFTJZD s'acquitter de l'adhésion.

Pour pratiquer au sein de l'association *Taïchi Chuan Pradines-Chansi* remplir le bulletin d'inscription ci-dessous, s'acquitter de l'adhésion et de la cotisation annuelle. Celle-ci est non cessible.

Modalités de paiement : le règlement est à joindre au bulletin d'inscription. Il peut se faire en 1 seule fois ou en 3 fois (3 chèques remis à l'inscription, encaissement échelonné : octobre – novembre – décembre).

✂

TAIJI-CHUAN PRADINES-CHANSI - BULLETIN D'INSCRIPTION - 2018 - 2019

Nom : Prénom : Date de Naissance :
 Adresse : Tél :/...../...../...../.....
 Email :

J'autorise à prendre les mesures nécessaires en cas d'accident : OUI NON
 Personne à prévenir : Nom Tél :/...../...../...../.....

Certificat médical récent - daté du :
 J'autorise la prise et l'utilisation de photos pour les actions d'information et promotion de l'association OUI NON

TARIFS 2018-2019 : Adhésion : 25 € Cotisation annuelle : 192 €
 Modalités de paiement en 1 fois soit 217 € réglé par en 3 Fois soit 1 chq : 89€ et 2 chq : 64 €

Fait à le Signature :