



Les Ateliers Du Mieux-Être



Stage de TAI JI QUAN et de QI GONG dirigé par Maître YUAN HONG HAI *Samedi 14 et Dimanche 15 mai 2011* à la salle polyvalente de HADOL (88)

Samedi après midi : 15h – 18h30 (accueil à partir de 14 h30)

✓ **TAI JI DAO (sabre)** : tous niveaux

Dimanche matin : 9h - 12h (accueil à partir de 8 h30)

✓ **QI GONG** : 18 mouvements de santé ; tous niveaux
LIU ZI JUE (6 sons) ; tous niveaux

Dimanche après-midi : 13h 15 - 16h 15

✓ **TAI JI QUAN** : Forme 48 ; tous niveaux

Hébergement : comme en 2010, un hébergement chez l'habitant est proposé pour les personnes venant de loin qui souhaitent venir samedi et dimanche.

Nouveauté 2011

Repas dimanche midi au choix : prévoir son pique-nique ou **commande d'un repas chinois** (menu et règlement sur place, coût ~11€)

1/2 journée	20€
1 journée	35€
Stage complet	45€

Renseignements : Kim Hoa PIERRE : 03 29 32 57 46 / FJ BRIS : 06 49 28 61 15

Accès : A partir de la voie rapide (RN57) : sortir à ARCHES, au centre d'ARCHES (carrefour pharmacie/bar/église) tourner à droite, direction HADOL (RD44) ; à la sortie de HADOL prendre à gauche, direction REMIREMONT (RD34) ; la salle polyvalente de HADOL se situe à droite, à côté du stade.

Coupon à compléter et à rendre **avant le 30 avril 2011** accompagné du règlement à : Kim Hoa PIERRE, 85, rue de la Manfosse 88220 HADOL / Chèque à l'ordre de **ADME** CCP 683120Z NANCY

Nom Prénom..... Club.....

Participe au stage de Maître YUAN : samedi 14 dimanche 15 matin 15 après-midi

Je joins le chèque de€

Demande de reçu de stage

je souhaite être hébergé chez l'habitant

je souhaite commander un repas chinois
Signature

