



# Les 13 mouvements de la Longue Perche

Stage ouvert à toutes et tous, animé par  
**Anne DOURDAY - Du Yü 杜鈺**



**Samedi 30 et Dimanche 31 mars 2024 - 9h30 - 17h**

Salle polyvalente - Rue Lymphstone - **14112 - BIEVILLE-BEUVILLE**

**Participation : 50 €**

**40 € pour les adhérents Yang en Yin**

**Inscription OBLIGATOIRE** (nombre de places limité) :

[yangenyin.asso@gmail.com](mailto:yangenyin.asso@gmail.com) - 06 80 96 17 38

Prévoir une tasse pour les pauses - Possibilité de pique-nique sur place

**Les perches sont fournies**

**La Perche est une arme dont le maniement favorise un travail sur la conduite du souffle (Qi), bénéfique pour tous les pratiquants d'arts énergétiques et martiaux chinois.**

**Après plus de 10 ans passés aux côtés de Maître Wang Yen-nien à Taïwan, Anne Dourday - Du Yü enseigne l'ensemble du corpus du Yangjia Michuan Taiji Quan en Bretagne et lors de nombreux stages en France.**