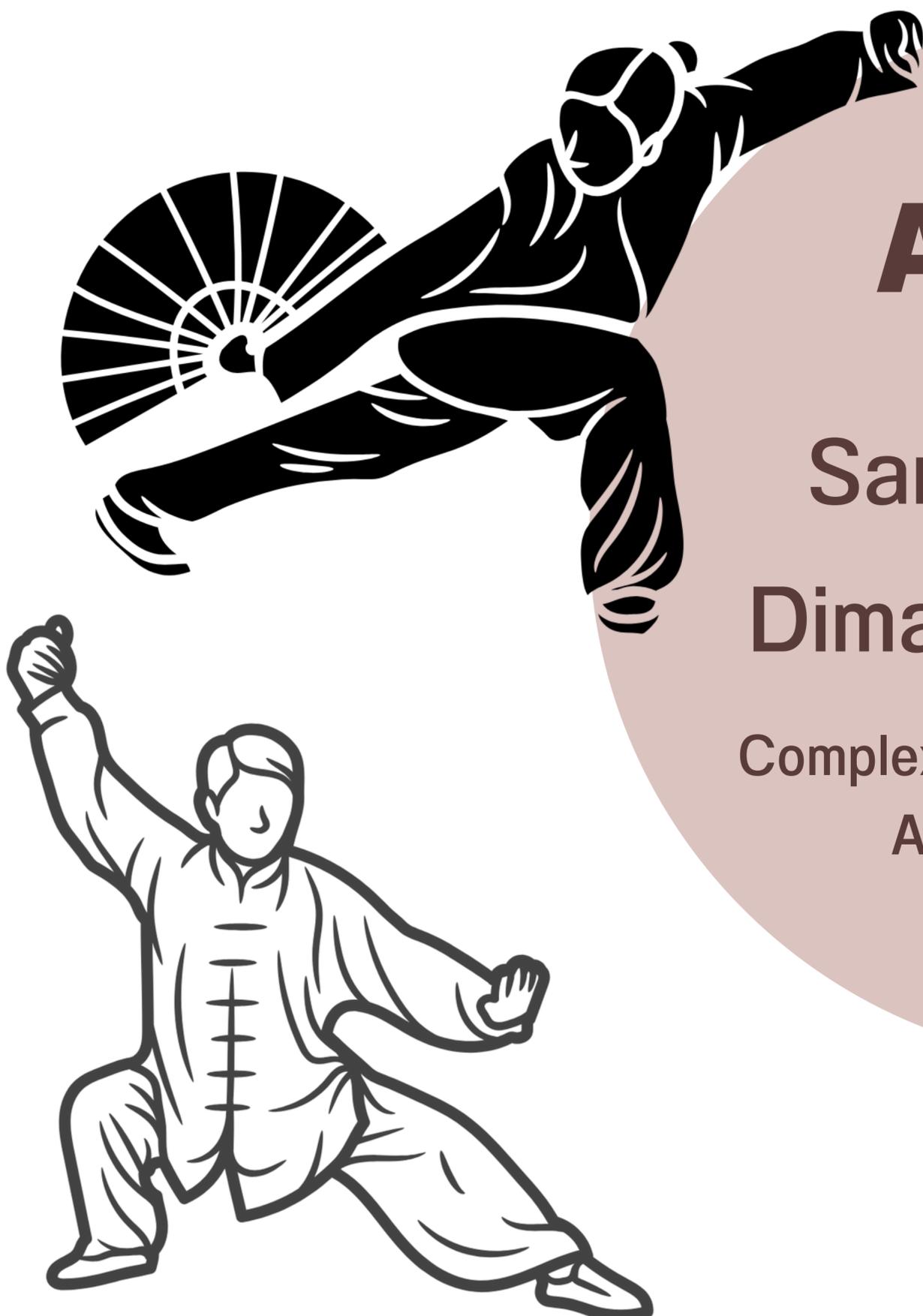




楊家秘傳太極拳聯會

Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

RENCONTRES LOCALES DE L'AMICALE



ANNECY
2025

Samedi 15 Mars
&
Dimanche 16 Mars

Complexe sportif des Glaisins
Annecy-le-Vieux

Ouvert à tous les pratiquants du Yangjia Michuan,
adhérents ou non à l'Amicale

GRATUIT - Pauses et repas partagés en toute convivialité

Inscription jusqu'au 13 mars : www.amicale-yangjia-michuan-tjq.org





楊家秘傳太極拳聯會

Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

RENCONTRES LOCALES DE L'AMICALE

ANNECY

2025

SAMEDI 15 MARS

10h-10h30 : Accueil

10h30 : La Criée

11h-12h : Echauffement collectif

pause / repas partagé

13h30-14h45 : Atelier 1 (1h15)

pause 15min

15h-16h15 : Atelier 2 (1h15)

pause 30min

16h45-18h : Atelier 3 (1h15)

18h-18h30 : Fermeture collective

DIMANCHE 16 MARS

9h-9h30 : Accueil

9h30-10h15 : Echauffement collectif

pause 15min

10h30-11h45 : Longue Forme

(1er, 2ème et 3ème Duan enchainé)



RENCONTRES LOCALES DE L'AMICALE

ANNECY
2025

Nous vous recevrons au Complexe sportif des Glaisins à Annecy-le-Vieux
L'accueil se fera Salle Tournette.

Les ateliers

Ces ateliers sont organisés en commun lors de la criée.

Les pratiquants peuvent demander ce qu'ils souhaitent pratiquer dans le cursus du Yangjia Michuan : forme, application, détail d'un mouvement, armes, respiration, équilibre, etc...

Nous veillerons à ce que chacun puisse pratiquer quel que soit son expérience.

Le nombre d'atelier sera proposé en fonction du nombre de participants.

Les ateliers sont animés par des « volontaires » qu'ils soient enseignants ou non. Chacun peut se lancer dans cet exercice pour partager sa pratique, partant du principe que celui qui enseigne « a toujours raison » le temps de l'atelier.

Les repas

Des pauses et les repas ponctuent le travail et permettent à chacun de passer du temps avec les ami.es. Chacun peut apporter ce qu'il souhaite à grignoter et à partager pour les pauses et le repas du samedi midi.

De l'eau chaude sera disponible sur place.

Chacun est autonome pour sa vaisselle : gobelet, couverts, assiette.

Pas de possibilité de réchauffage.

Inscription

Pour faciliter l'organisation, nous vous demandons de vous inscrire.

Inscription possible à la demi journée.

Inscription jusqu'au 13 mars :

<https://www.amicale-yangjia-michuan-tjq.org/rencontres-locales>

Complexe sportif des Glaisins

6 rue de la Frasse

Annecy Le Vieux

74940 Annecy

Pensez au covoiturage,
les emplacements de stationnement sont limités.