

WU QIN XI (le jeu des 5 animaux)

Il a été créé par Hua Tuo, célèbre médecin de la dynastie Han ; il imite la gestuelle des animaux sauvages.

Les mouvements sont conçus pour exprimer :

- le courage, la puissance du tigre,
- La sérénité, l'élégance du cerf,
- La stabilité, la solidité de l'ours,
- La souplesse, l'habilité du singe,
- La légèreté, la délicatesse de l'oiseau.

Ils sont codifiés suivant les règles de la médecine chinoise, améliorent la respiration, la flexibilité du corps, la mobilité des muscles et des os. Ils mettent aussi l'accent sur les exercices des doigts de mains et pieds pour améliorer la circulation distale du sang. Un travail doux et soigneux s'opère au niveau des tendons et articulations.

Tarif : 210€ par personne pour le stage (6 ateliers)

Versement acompte : 60€

42€ par personne pour un atelier

Versement acompte : 20€

Apporter papier et stylo.

Prévoir des vêtements amples et confortables, chaussures souples.

INSCRIPTION

Envoi du bulletin ci-dessous accompagné du règlement de l'acompte à :

*Association Fleur de Pommier
2bis, avenue Clémenceau
69160 Tassin la Demi Lune*

Le solde sera réglé le 1^{er} jour du stage le 5/10/13.

L'inscription vous sera confirmée à réception de votre bulletin.
Pour toute information complémentaire, appelez-moi.

Renseignements : Emmanuelle VIPLÉ : 04 78 34 37 21 - 06 20 91 84 18



Association Fleur de Pommier

Bulletin d'inscription

Stage des 5 animaux 2013 - 2014

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal _____ *Ville* _____

Téléphone fixe : _____ *portable :* _____

Adresse e-mail : _____