

Saison 2008/2009 – cours d'essai gratuit

Qi Gong & Tai Ji Quan

Gymnastique énergétique & Art martial interne

La pratique, basée sur la décontraction tient compte de l'interaction de l'homme avec la nature, le ciel et la terre. On s'adresse ici au merveilleux, au subtil, à l'impalpable, mais qui pourtant gouverne la vie.

Les cours – encadrés par J. Cosson –
ont lieu à St. Hippolyte du Fort
au dojo (1^{er} étage de l'école maternelle),
au foyer socio-culturel (1^{er} étage rue Fondeville)
et en plein air à **La Gardiolle** (entre St. Hippolyte et Sauve).



Le lundi au foyer : **18h⁴⁵ Tai Ji**, le mardi au dojo : **19h Qi Gong**,
le samedi à la Gardiolle : **10h Qi Gong** et **11h²⁰ Tai Ji**.

Tarifs	Adhésion annuelle à l'association	1 discipline	les 2
	Hun Yuan Tai Ji Quan 12 €,	par semaine 9 € 14 €	
	valable pour les cours et les stages de la saison.	par mois 23 € 37 €	
► Stage avec Lu Baochun du 21 au 23 nov. 08 ◀		par trimestre. 58 € 94 €	

Jacques Cosson se perfectionne régulièrement auprès de ses maîtres chinois, en particulier depuis trois ans avec un maître d'exception **Lu Baochun**. Thérapeute, il intègre les données de la médecine chinoise dans ses traitements. L'enseignement proposé est celui de **maître Feng Zhiqiang**. Né en 1928, disciple de **Chen Fake** (17^{ième} génération du **Tai Ji Quan style Chen**) et de **Hu Yaozhen** (expert en médecine taoïste et en **Qi Gong**), il est reconnu à travers le monde.