

Thierry Huguet

De: Dorian Shaw [dorian.shaw@free.fr]
Envoyé: mercredi 7 octobre 2009 18:11
À: undisclosed-recipients:
Objet: Prochain stage avec Epi van de Pol

Bonjour,
Voici enfin les informations sur le prochain stage avec Epi van de Pol.
En vous souhaitant bonne réception,
Dorian

Epi Van de Pol

"Les cinq exercices de relaxation de Maître Huang"
Stage les 28 et 29 novembre 2009 à Pechabou (15 Km de Toulouse)

Nous continuerons à étudier la chorégraphie des 5 exercices en détail de façon à mieux comprendre les mouvements internes du corps nécessaires à faciliter un mouvement lors de nos transitions dans la forme tout en respectant les principes fondamentaux du Tai Chi à savoir le relâchement des tensions et le couler vers la terre. Chaque exercice sera pratiqué et étudié de façon à bien ressentir son rôle dans les déplacements et les transitions lors de la pratique de notre forme de Tai Chi Chuan.

Ce stage est ouvert aux pratiquants venant d'autres écoles de Tai Chi, il ne sera pas nécessaire de connaître la forme 37 pas de Cheng Man Ching.

Horaires : de 9h30 à 17h30 les deux jours avec une pause pour manger à midi. Merci d'être présent à 9h15 pour l'ouverture de la salle afin de commencer le stage à l'heure. Pour manger à midi, le mieux c'est d'apporter son repas et nous mangerons ensemble.

Lieu du stage : Salle Occitane, située avenue d'Occitanie à Pechabou.

Voici un lien pour voir le lieu sur google maps :

http://www.google.com/maps?f=q&source=s_q&hl=en&geocode=&q=pechabou+&ll=43.600631,1.466218&sspn=0.007039,0.016479&ie=UTF8&hq=&hnear=P%C3%A9chabou,+Haute-Garonne,+Midi-Pyr%C3%A9n%C3%A9es,+France&ll=43.500751,1.509168&spn=0.007051,0.016479&t=h&z=16

Accès par voiture en venant de Toulouse, prendre la N113 à Ramonville (sortie au Palays depuis la rocade), et après Castanet Tolosan, continuer sur la N 113 puis prendre à droite, direction Pechabou Centre ville. La route monte sur les coteaux et fait 2 virages puis on passe devant l'église sur la gauche et la salle est dans le virage suivant sur la gauche. Il y a une petite halle couverte et un parking au niveau de la salle. Merci de me contacter si vous souhaitez faire du co-voiturage entre Toulouse et Pechabou.

Il est aussi possible de prendre le métro jusqu'à Ramonville puis prendre le bus 62 jusqu'au terminus à Castanet (arrêt terminus = La Maladie). Ensuite soit prendre la piste cyclable pour aller à pied jusqu'à la salle (il y a bien entre 20 et 25 min à pied parce qu'il y a une côte).

Tarif : 70 Euros pour le week-end par participant.

Réservation :

Veuillez confirmer votre participation à ce stage avant le 10 Novembre prochain en envoyant un cheque (Cheque qui sera encaissé) de 20 Euros à l'ordre du Tao de Midi à cette adresse :

Le Tao de Midi, 98 Avenue Camille Pujol, 31500 Toulouse

Pour faciliter la rémunération d'Epi avant son retour en Hollande, le règlement du solde du stage (50 Euros) doit s'effectuer en espèces le PREMIER jour du stage, Pour ceux qui souhaitent un reçu, il est conseillé de payer la totalité du stage par chèque AVANT le 10 novembre, votre reçu vous sera remis pendant le stage.

Pour tous renseignements avant le stage : 05.61.80.48.06 ou pendant le stage au 06.07.62.39.10 ou dorian.shaw@free.fr