

TAI-CHI TCHO - La Chaux-de-Fonds – SAMEDI – 28 Octobre – 2017

Heure	Grande Salle	Balcon	Petit Cercle	Studio	Vô-Vietnam	Gym Numa-Droz A	Gym Numa-Droz B	
8.00 9.00				Exercices du matin <i>Anne Gisep</i>				
8 - 9	Qigong dans le parc des Crêtets <i>Katia Biloni</i>							
9-9.30	Réception et informations dans la grande salle							
9.45 11.40	Huit postures archétypales <i>Peter den Dekker</i>	La Forme 8 Mouvements <i>Helmut Oberlack</i>		Qigong Serpent et grue <i>Franziska Rüscher</i>	Exercices de relâchement des tensions (TRE) <i>Tjeerd Verbeek</i>	13 méthodes Tuishou <i>Patrick Jeannotat</i>	Bouger et laisser bouger <i>Marko Nedeljkovic</i>	Epée forme 32 (part 1) <i>Maria Nedelcheva</i>
12.00	Repas de midi dans la grande salle							
14.00 15.45	Illiqchuan Zhonxindao Le chemin neutre <i>Daria Sergeeva</i>	Shuang An Tuishou <i>Patrick Jeannotat</i>	Qigong <i>Georges Saby</i>	Technique de base de l'éventail à deux <i>Jean-Pierre Schorpp</i>	Qigong	Structure <i>Fabian Cretton</i>	Applications martiales de la forme (part 1) <i>Richard Odell</i>	Tai Chi Forme à deux du style Yang <i>Thierry Huguet</i>
16.05 17.50	Qigong de l'eau et poussée libre <i>Gianfranco Pace</i>	Les fondamentaux en Qigong <i>Katia Biloni</i>		Différencier substantiel et insubstantiel <i>Mauro Bertoli</i>	Assise Qigong <i>Faye-Li Yip</i>	Qigong <i>Judith Van Drooge</i>	Yi Quan, Da Cheng Quan et Tai Ki Ken <i>J-L Lesueur</i>	Tuishou-Sanshou <i>Paul Silverstrale</i>
19.00	Apéritif et Gala démonstrations dans la grande salle							
20.30	Repas de fête et danse jusqu'à 1h							
22.00	Le « Café CHAN » est ouvert (dans le petit cercle), ambiance tranquille							



Tous niveaux (+débutants)



Intermédiaire



Avancé

TAI-CHI TCHO - La Chaux-de-Fonds – Dimanche – 29 Octobre – 2017

Heure	Grande Salle	Balcon	Petit Cercle	Studio	Vô-Vietnam	Gym Numa-Droz A	Gym Numa-Droz B		
7.00 8.00				Morning exercices <i>Anne Gisep</i>					
7-8	Qigong in the park of Crêtets <i>Katia Biloni</i>								
8.15	Huit Brocards Qigong	Balancer les bras	Qigong Postural et ba duan jin	Tai Ji Quan	Illiqchuan Zhonxindao: Flux d'énergie	Structure et Liberté	Yi Quan, Da Cheng Quan et Tai Ki Ken	Tai Chi Forme à deux du style Yang	
9.45	<i>Faye-Li Yip</i>	<i>Marko Nedeljkovic</i>	<i>Peter den Dekker</i>	<i>Georges Saby</i>	<i>Daria Sergeeva</i>	<i>Paul Silverstrale</i>	<i>J-L Lesueur</i>	<i>Thierry Huguet</i>	
10.00	Qigong de l'eau et poussée libre	La Forme 8 Mouvements	Différencier substantiel et insubstantiel	Technique de base de l'éventail à deux	Exercices de relâchement des tensions (TRE)	Ouverture et fermeture	Applications martialas de la forme (part 2)	Pousser des mains	Epée forme 32 (part 2)
11.30	<i>Gianfranco Pace</i>	<i>Helmut Oberlack</i>	<i>Mauro Bertoli</i>	<i>Jean-Pierre Schorpp</i>	<i>Tjeerd Verbeek</i>	<i>Fabian Cretton</i>	<i>Richard Odell</i>	<i>Judith van Drooge</i>	<i>Maria Nedelcheva</i>
11.45	Démonstrations collectives dans le parc (Parc des Musées)								
12.45	Repas de midi dans la grande salle								
14.00 15.45	Poussée Main libre				Qigong Serpent et grue				
					<i>Franziska Rüscher</i>				
16.30									
17.00	Thé et gâteaux, Clôture dans la grande salle								



Tous niveaux (+débutants)



Intermédiaire



Avancé