

Programme des stages de Tai Chi Chuan

Tai Chi Cuan : Niveau 1

- 🕒 Samedi 19 Nov 2016
 - 🕒 Dimanche 05 Fev 2017
 - 👤 Paul Woo Fon et autres enseignants
 - 🕒 De 9h à 12h,
- Salle Pacifique, 30 Ch. des Alpains, Grenoble
Frais de participation : 20 €

Tai Chi Chuan : Niv 2

- 🕒 Samedi 19 Nov 2016
 - 🕒 Dimanche 05 Fev 2017
 - 🕒 De 14h30 à 17h30
 - 👤 Paul Woo Fon et autres enseignants
- Salle Pacifique, 30 Ch. des Alpains, Grenoble
Frais de participation : 20 €

Samedi : Niv 3 et Avancés

- 🕒 Samedi 10 Décembre 2016
 - 👤 Paul Woo Fon
 - 🕒 De 9h à 12h, 14h30 à 17h30
- Institut XPEO, 929 Route de la Sure. Autrans
Frais de participation : 45 €/journée

Stage Annuel d'Autrans

- 🕒 **du 25 au 28 Mai 2017**
 - 🕒 à partir du Niv 2
 - 👤 Paul Woo Fon et autres enseignants
- Le programme du stage sera diffusé en décembre.

Programme des stages XPEO

Stages Semaine 1e Année

- 🕒 S1 : lundi 12 au vendredi 16/09/2016
- 🕒 S2 : samedi 15 au mercredi 19/04/2017

Stages Semaine 2e Année

- 🕒 S3 : jeudi 27/10 au mardi 01/11/2016
- 🕒 S4 : mercredi 1 au dimanche 05 Mars 17

Stages 3e Année et +

- 🕒 Samedi 11 et dimanche 12/02/2017
- 🕒 Module commun : 3-4-5 Juin 2017

Institut XPEO, 929 Route de la Sure. Autrans

Autres Stages : XPEO associé au chant, voix, ski, etc. : consultez le site internet : www.xpeo.fr

Stages Week end 1e Année

- 🕒 M1 : 22-23 Octobre 2016
- 🕒 M2 : 26-27 Novembre 2016
- 🕒 M3 : 7-8 Janvier 2017
- 🕒 M4 : 18-19 Mars 2017
- 🕒 M5 : 15-16 Avril 2017
- 🕒 M6 : 3-4-5 Juin 2017

Stages Week end 2e Année

- 🕒 M6 : 24-25 Septembre 2016
 - 🕒 M7 : 11-12-13 Novembre 2016
 - 🕒 M8 : 28-29 Janvier 2017
 - 🕒 M9 : 3-4-5 Mars 2017
 - 🕒 M10 : 3-4-5 Juin 2017
- Institut XPEO, 929 Route de la Sure. Autrans
Programme détaillés sur le site : www.xpeo.fr

Attention :

ce programme n'est pas encore définitif, n'hésitez pas à demander confirmation ou consultez nos sites internet :

www.taichigrenoble.com www.xpeo.fr

Frais d'adhésion et de participation aux cours hebdomadaires

Pour vous inscrire, renvoyer le bulletin d'inscription complété et votre règlement dès maintenant à :
ITCCA Grenoble, 30 Chemin des Alpes - 38100 Grenoble, ou les apporter au premier cours

Calendrier valable pour tous les cours :

- Début des cours : 19 septembre 2016, jusqu'au 16 juin 2017.

- Il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

- Vacances scolaires : 20 oct au 02 nov 2016, 17 déc 2016 au 02 janv 2017, 18 Février au 05 Mars 2017, 15 avril au 01 mai 2017.

- Ponctuellement, certains cours pourront être assurés pendant ces vacances. Vous serez informés par votre enseignant, ou consultez le site internet : www.taichigrenoble.com

En cas d'abandon ou d'absence, aucun remboursement ne sera effectué sauf motif important.

1 Discipline : Tai Chi OU Qi Gong OU XPEO ⁽¹⁾

(1) Chaque participant choisit un cours principal dans la discipline où il s'inscrit, il peut suivre un autre cours de la même discipline dans la mesure où les cours ne sont pas surchargés.

■ Forfait annuel

Adhésion 30 € + Participation 270 € = 300 €

■ Forfait annuel réduit ⁽³⁾

Adhésion 30 € + Participation 240 € = 270 €

■ Forfait semestriel ⁽²⁾

Adhésion 30 € + Participation 150 € = 180 €

■ Forfait semestriel réduit ⁽²⁾⁽³⁾

Adhésion 30 € + Participation 130 € = 160 €

Pass 2 Disciplines : Tai Chi ET Qi Gong ou XPEO ⁽²⁾

(2) Chaque participant choisit un cours principal dans les **2 disciplines** où il s'inscrit : **Tai Chi et Qi Gong**, ou **Tai Chi et XPEO**, ou **Qi Gong et XPEO**. Il peut suivre un autre cours de chacune des 2 disciplines, dans la mesure où les cours ne sont pas surchargés.

■ Forfait annuel

Adhésion 30 € + Participation 390 € = 420 €

■ Forfait annuel réduit ⁽³⁾

Adhésion 30 € + Participation 360 € = 390 €

■ Forfait semestriel ⁽³⁾

Adhésion 30 € + Participation 210 € = 240 €

■ Forfait semestriel réduit ⁽²⁾⁽³⁾

Adhésion 30 € + Participation 190 € = 220 €

Licence fédérale FF Sports pour Tous pour la pratique du Qi Gong : 24.40 € en sus, obligatoire.

En tant qu'association affiliée à une Fédération Sportive (FF Sports pour Tous) agréée par le Ministère de la Jeunesse et du Sport, une visite médicale d'aptitude à la pratique du Tai Chi Chuan et du Qi Gong est désormais obligatoire.

(2) 1er Semestre : du 19/9/2016 au 27/1/2017 - 2ème Semestre : du 30/01/17 au 16/6/2017

(3) Participations réduites pour : étudiants, chômeurs.

La présence régulière au même cours est conseillée .

Pour les débutants, le premier cours est gratuit.

Pour se faire une idée de ces disciplines, choisissez un cours de niveau débutant.

Ne venez pas que pour regarder, participez au cours (prévoyez des vêtements souples).
