LE MEI HUA

Le Mei Hua est un art martial populaire très ancien profondément ancré dans le milieu rural de certaines provinces de Chine, introduit en Europe à la fin du XX° siècle.

La technique de base consiste en cinq postures correspondant aux 5 éléments de la cosmologie chinoise, reliées par un enchaînement de mouvements dynamiques simples, selon la théorie de yin yang.
Cette pratique énergétique fait circuler le Qi (énergie) dans l'organisme et s'aborde sans esprit de compétition.

Au Jiazi (partie centrale de la pratique), qui se pratique seul, face à face, en groupe, vient s'ajouter la pratique des armes (bâtons, épées..) et celle de la boxe.

Pour plus d'information : www.meihuazhuang.org

STAGE INITIATION & PERFECTIONNEMENT au MEI HUA

3 ET 4 JUIN 2023

à ST GENES CHAMPANELLE

Maison des associations

Rencontre organisée par l'association MHZ Auvergne en partenariat avec l'**Association Européenne de Mei Hua Zhuang**.

Animée par les maîtres de 18e génération

Yan YAN et **Junmin REN**

MEI HUA ZHUANG EUROPE

HORAIRES

Samedi
Accueil à 09:00 à la MDA (*)
Pratique de 09:30 à 12:30
Repas collectif
Pratique de 14:00 à 17:00

Apéritif et dîner partagé à partir de 19:30

Dimanche
Pratique de 09:00 à 12:00
Repas collectif
Pratique de 13:30 à 16:30

(*) MDA Maison des associations

HÉBERGEMENT

Chez l'habitant : une dizaine de places
Contacter Loris SACCHETTO - Loris.sacchetto@free.fr - 0671642475

À l'hôtel:
Espace Volcan : 63122 Laschamps - 0473622600
Archipel Volcans : 63122 Laschamps - 0473621515
Hotel Les Cygnes : 63970 Aydat - 0683393208
Hotel de l'Artière : 63122 CEYRAT - 0473614302
Camping d'Aydat : 63970 Aydat - 0473793809

LES REPAS

Samedi et dimanche midi : Chacun apporte un plat à partager avec tous

Samedi soir : Repas traiteur pour un tarif de 16€ à régler sur place
S'inscrire avant le 28 mai
Préciser si vous souhaitez la variante végétarienne

En savoir plus Contacter **Emmanuel** au 0607373071

BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM : **TEL :**
PRÉNOM : **EMAIL** :
ADRESSE :
ASSOCIATION LOCALE :

Repas Samedi soir à payer sur place	Classique	16€	x	.....
	Végétarien	16€	x	.....

PARTICIPATION POUR LA RENCONTRE

COTISATION ANNUELLE À L'AE MHZ	adulte	74€	x	.....
	moins de 18 ans	37€	x	.....
STAGE COMPLET	normal	39€	x	.....
	réduit*	35€	x	.....
	découverte**	7€ +cotisation	x	.....
	moins de 16 ans	Gratuit	x	.....
STAGE à la journée	normal	22€	x	.....
	réduit*	20€	x	.....
	moins de 16 ans	Gratuit	x	.....

TOTAL .....

Réglement en espèces ou chèque libellé à l'ordre de MHZ Auvergne.
Envoyer le bulletin et le réglement dès que possible à :
Juliette Cornu, 321 rue Claude DEBUSSY, 63110 Beaumont

* Tarif réduit pour : famille/étudiant/demandeur d'emploi

** Tarif découverte pour une personne débutant le Mei Hua au stage et réglant la cotisation annuelle à l'AE MHZ. La cotisation donne accès aux stages de Mei Hua dans toute l'Europe au tarif indiqué dans les plaquettes.