

**DU LUNDI 3 AOÛT AU SAMEDI 8 AOÛT 2015**

# STAGE ÉTÉ

## Lieu

Dojo du Celtic 4 rue Gérard Philippe 56600 Lanester 0297761150

---

## Public

adultes et adolescents de plus de 15 ans ( autorisation parentale signée) en possession d'une licence sportive en cours de validité ou d'un certificat médical.

---

## Intervenant

Me Avallone , expert international en Kung Fu et Tai Chi Chuan , maître fondateur de l'école Tamquyendao.

---

## Tarifs

Stage complet : Kung Fu + Tai Chi+ Self	<b>160 €</b>
Stage Kung Fu + Self	<b>120 €</b>
Stage Tai Chi + Self	<b>120 €</b>
Stage Tai Chi	<b>100 €</b>
Stage Kung Fu	<b>80 €</b>
Stage Self	<b>70 €</b>

Hébergement/pension (*en chambre dortoir 24 places maxi, draps et couvertures fournis*)

**NB:** repas du midi fourni par un traiteur bio (copieux et savoureux)

Pension complète (hébergement + repas)	<b>190 €</b>
½ pension (hébergement + repas du midi)	<b>160 €</b>

Arrhes de **60 €** à verser au plus tard le 15 juin à :

FL Lanester, section Kung Fu/ Tai Chi - 4 rue Gérard Philippe 56600 Lanester.

Chèques à l'ordre de FLL section Kung Fu/taïchi

***Hébergement possible après le stage pour les extérieurs qui souhaiteraient profiter du FIL festival interceltique de Lorient débutant le vendredi soir 7/08 et durant jusqu'au 16/08 !!! (Renseignez vous pour le programme sur Internet)***

## Programme

**Kung Fu:** étude des formes et techniques du programme de l'école TamQuyenDao .

Cette année étude des Song Luyen !!

**Tai Chi:** étude des formes, applications et poussées de mains de l'école Yang.

**Self:** étude des techniques de défense issues de l'éventail technique du Taichi et du Kung Fu de l'école .

NB: prévoir sa tenue, son matériel ; TamquyenDao56 fournira le matériel spécifique notamment pour la self (bâtons, couteaux, pistolets).

---

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>Matin</b>  Tai Chi <b>9H -10H30</b>  Kung Fu <b>10H30 -12H15</b>	<b>Matin</b>  Tai Chi <b>9H -10H30</b>  Kung Fu <b>10H30 -12H15</b>	<b>Matin</b>  Tai Chi <b>9H -10H30</b>  Kung Fu <b>10H30-12H15</b>	<b>Matin</b>  Tai Chi <b>9H -10H30</b>  Kung Fu <b>10H30 -12H15</b>	<b>Matin</b>  Tai Chi <b>9H -10H30</b>  Kung Fu <b>10H30-12H15</b>	<b>Révision</b>
<b>Après midi</b>  Tai Chi <b>15H30-17H</b>  Self mains nues/armes <b>17H30-19H</b>	<b>Après midi</b>  Tai Chi <b>15H30-17H</b>  Self mains nues/armes <b>17H30-19H</b>	<b>Relâche Soirée crêpe !!</b>	<b>Après midi</b>  Tai Chi <b>15H30-17H</b>  Self mains nues armes <b>17H30-19H</b>	<b>Après midi</b>  Tai Chi <b>15H30-17H</b>  Self mains nues/armes <b>17H30-19H</b>	