

# **STAGES ET FORMATIONS QI GONG, TAI CHI CHUAN et BAGUA ZHANG**

**(2018- 2019)**

**Dirigés par H. Aït Aïder**

## **Septembre 2018**

**1- Samedi 22 septembre 2018**

**Stage de formation de Ba Gua Zhang à Revel salle omnisports**

**2- Dimanche 23 septembre 2018**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel salle omnisports**

## **Octobre 2018**

**1-Dimanche 7 octobre 2018**

**Stage Qi Gong (les 5 animaux de Wudang et qi gong méditatif 1<sup>er</sup> partie) Revel à la salle omnisports**

**2- Samedi 13 octobre 2018**

**Stage de formation de Ba Gua Zhang à Revel salle omnisports**

**3- Dimanche 14 octobre 2018**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel salle omnisports**

**4- Samedi 20 octobre 2018 : Stage à Nîmes**

## Novembre 2019

**1- Samedi 3 novembre 2018**

**Stage de formation de Ba Gua Zhang à Revel salle omnisports**

**2- Dimanche 4 novembre 2018**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel salle omnisports**

**3- Samedi 10 novembre 2018**

**Stage Bâton long style yang à Castanet Tolosan 31320**

## Décembre 2019

**1- Samedi 8 décembre 2018**

**Stage de formation de Ba Gua Zhang à Revel salle omnisports**

**2- Dimanche 9 décembre 2018**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel salle omnisports**

## Janvier 2019

**1- Samedi 12 janvier 2019**

**Stage de formation de Ba Gua Zhang à Revel 31250 salle omnisports**

**2- Dimanche 13 janvier 2019**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel 31250 salle Omnisports**

**3- Samedi 26 et dimanche 27 janvier 2019**

## **Stage Style Yang ancien et grand san shou à St Julia**

### **Février 2019**

#### **1- Samedi 2 février 2019**

**Stage de formation de Ba Gua Zhang à Revel salle omnisports**

#### **2- Dimanche 3 février 2019**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel salle omnisports**

#### **4- Dimanche 17 février 2019**

**Stage Qi Gong à Revel (5 animaux de wudang partie, et qi gong méditatif assis 2 em partie).**

### **Mars 2019**

#### **1-Samedi 2 mars 2019**

**Stage Tui shou avec Jean Jack Gallinier à St Julia**

#### **2- Samedi 9 mars 2019**

**Stage de formation de Ba Gua Zhang à Revel salle omnisports.**

#### **3- Dimanche 10 mars 2019**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel salle omnisports**

#### **4- Samedi 23 et dimanche 24 mars 2019**

**Stage Style Yang ancien et grand sans hou à St Julia**

#### **5- Samedi 30 mars 2019**

**Stage Aigues-Vives**

## Avril 2019

### **1- Samedi 6 avril 2019**

**Stage de formation de Ba gua zhang à Revel salle Omnisports**

### **2- Dimanche 7 avril 2019**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel salle omnisports**

### **3- Samedi 13 avril 2019**

**Stage Tai chi chuan à Nîmes**

## Mai 2019

### **1- Samedi 4 mai 2019**

**Stage de formation de Ba gua zhang à Revel salle Omnisports**

### **2- Dimanche 5 mai 2019**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel Salle omnisports**

## Juin 2019

**1- Samedi 8 au 10 juin 2019**

**Stage de la Pente Côte Tai chi, Qi Gong et Ba gua zhang au Domaine de Milhas 11410 Cumiès**

**2- Samedi 22 juin 2019**

**Stage de formation de Ba Gua Zhang à Revel salle omnisports.**

**3- Dimanche 23 juin 2019**

**Stage de formation degré Qi Gong et Tai chi chuan à Revel  
salle omnisports**

## Juillet 2019

**1- Lundi 8 au vendredi 12 juillet 2019**

**Stage de Ba Gua Zhang à St Ferréol Revel**

**2- Lundi 15 au vendredi 19 juillet 2018**

**Stage de Qi Gong et Tai chi chuan à St Ferréol**