

RESTAURATION BIO SUR PLACE :

Pour les repas de midi, un traiteur vous propose du mercredi au dimanche une cuisine bio et végétarienne de qualité. Ces repas sont préparés et servis sur place, en extérieur, dans un emplacement ombragé et sont à réserver en même temps que votre inscription.

- 15,50 euros le repas (stagiaires et accompagnants).
- Gratuit pour les enfants avant 10 ans, 1/2 tarif avant 16 ans.

ORGANIC CATERING ON THE SPOT: For lunch, catering service offer high quality organic and vegetarian food, from wednesday to sunday. These meals are prepared and served on the spot, outside, on a shady space, and are to be booked in the same time than your registration.

- 15,50 euros per meal (trainees and companions)
- Free under 10 years old, half price before 16 years old.

HEBERGEMENT :

- www.massillargues-attuech.fr
- Office du Tourisme d'Anduze : +33 4 66 61 98 17
- Camping Le Fief d'Anduze (sur le lieu du stage) :

Ce camping vous propose des emplacements groupés à un tarif préférentiel du mercredi 7 au dimanche 11 Juillet 2021.

Ils se situent dans un sous-bois à côté des emplacements du traiteur, et peuvent accueillir chacun un maximum de 3 participants (règlementation covid-19) avec de petites toiles de tente.

Ils sont au prix de 45 euros* par personne pour une durée de 4 nuits.

Les personnes désireuses d'arriver 1 jour avant le début du stage, soit du mardi 6 juillet au dimanche 11 juillet 2021, soit 5 nuits au total bénéficieront du tarif préférentiel de 55 euros* par personne. *taxe de séjour non incluse de 0,66 euros par nuit et par personne de 18 ans et plus.

Veillez vous inscrire DIRECTEMENT AUPRÈS DU CAMPING en précisant que vous faites partie du stage et votre jour d'arrivée.

Camping Le Fief d'Anduze 195 Chemin du Plan d'eau 30140 ATTUECH

Tél: +33 4 66 61 81 71 - Fax: +33 4 66 61 87 80 - campingdufief@free.fr

The campsite « Le fief d'Anduze provides groups locations for our class group: one location for 3 small tent canvases / 3 people max at a preferential rate from Wednesday 7th to Sunday 11th July 2021. Locations are situated near from all commodities and catering surrounded by nature in an idyllic setting.

Price: 45 euros each for 4 nights - For those who want to arrive one day before the beginning of the summer camp, staying from Tuesday 6th to Sunday 11th July 2021, the price for 5 nights is 55 euros per person.

Please register with the campsite directly specifying that you are a member of the ITCCA Master Chu Tai Chi Chuan Summer Class and your day of arrival.

LA VOIE DE L'ENERGIE INTERNE

Les raisons pour lesquelles le Tai Chi Chuan a été méthodiquement pensé dépassent de loin ses visées thérapeutiques et martiales. Un jour, ce que le Tai Chi Chuan actualise est suffisamment essentiel pour que la nature de la Voie se manifeste. La pratique d'une attention assidue en présence du Maître est propice à la véritable présence dans l'Etre.



LOU YAN (François Loutrel)

THE WAY OF THE INTERNAL ENERGY: The reasons why the Tai Chi Chuan has been thought exceed by far his therapeutic and martial aims. One day, what Tai Chi Chuan updates is enough essential so that the nature of the Wy shows itself. The practice of a diligent attention in the presence of the Master is convenient to the inner presence of the Being.

VACANCES ET PRATIQUE RÉUNIS



Moment privilégié de l'année, où la pratique sur plusieurs jours cohabite avec un moment de vacances, en famille, dans un cadre privilégié.

Holidays and practice together: such a dream ! Privileged moment of the year, when the practice on several days coexist with holiday moments, family, on the privileged framework.

Familière, convivialité, soirée Tai Chi Danse, bien-être, visites, repas bio, tai chi chuan... Tout le monde y trouve son compte !

Idleness, friendliness, Tai Chi Dance party, well-being, visits, organic meals, tai chi chuan... Everybody has good time !

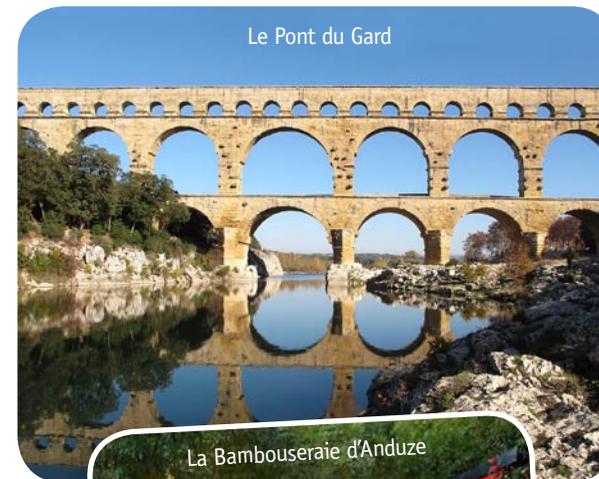


Un lieu de pratique idéal à Attuech-Marsillargues (à proximité d'Anduze dans le Gard), autour du plan d'eau qui confère à nos pratiques un cadre propice à la quiétude et l'éveil de l'interne.

An ideal place to practice at Attuech-Marsillargues (near Anduze in the Gard), around a superb lake that gives to our practices a favourable framework to stillness and awakening of the intern energy.

RENSEIGNEMENTS - NEED HELP ? Contact: ete.taichi@gmail.com

SIMON : +33 6 62 00 20 73



Le Pont du Gard



La Bamboueraie d'Anduze

Photos & Design: philippe.beaumelle@free.fr

T A I C H I C H U A N
Original Yang Style - Style Yang originel



STAGE D'ÉTÉ avec Maître Lou Yan
(François Loutrel)

du 7 au 11 juillet 2021

A ATTUECH-MASSILLARGUES - GARD



SUMMER CLASS with Master Lou Yan

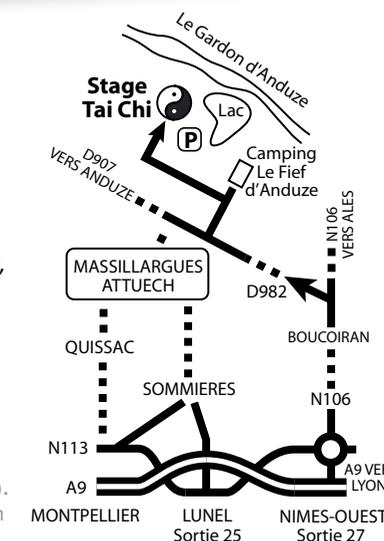
(François Loutrel)

from 7 till 11 july 2021

IN ATTUECH-MASSILLARGUES - FRANCE

LIEU : A 10mn d'Anduze, à Attuech-Massillargues, en pleine nature, un lieu ombragé en bordure d'un petit lac proche du Gardon. Camping et baignade possibles (au Gardon et en piscine pour les campeurs du Fief d'Anduze). A 45mn de Nîmes, 1h de Montpellier, 1h30 d'Avignon.

PLACE: 10 Min. from Anduze, a natural setting in Attuech-Massillargues near the Gardon river. Possible camping and swimming (in the Gardon, in the swimming-pool for the camping Fief d'Anduze locators). 45 Min from Nîmes, 1 hour from Montpellier, 1.30 from Avignon.



UN CONSERVATOIRE DU TAI CHI CHUAN

Maître, disciple, transmission, nous voici dans la pure tradition de la voie avec ce stage où les professeurs vont enseigner cette année avec Lou Yan (F. Loutrel) qui proposera une forme du centre jamais enseignée à ce jour, mettant en scène les membres inférieurs dans les mouvements du centre. Pour les plus avancés, d'autres thèmes de Qi Form des pieds et des mains seront abordés, des richesses à partager...

La présence des enseignants dans chaque groupe permettra de confirmer ce haut niveau de pratique que les élèves retrouvent chaque année durant ce stage d'été.

A CONSERVATOIRE OF TAIJI QUAN: Master, disciple, transmission, here we are in the pure tradition of the Way, with this internship where the professors will teach this year without Master Chu, who is spacing his journeys to rest, one on every two summer. Lou Yan (F. Loutrel) will propose a center form never taught as far, which highlights the upper limbs in the center movements. For the elders, other themes of Qi Form of the feet and hands will be addressed, treasures to share... The teachers' attendance in each group will allow to confirm the high level of practice that students find every year during this summer internship.



**Grand Maître
Chu King Hung**
Disciple de
Yang Shou-Chung
Créateur de l'école
internationale ITCCA



Maître Lou Yan
(François Loutrel)
Disciple de Maître Chu
Créateur de la branche
ITCCA MEDITERRANEE



Les enseignants de la branche ITCCA Méditerranée

Philippe BEAUMELLE, Didier BOYER, Jeremy CELSAN, Yung Ae COUDERT, Nicolas DUCASTEL, Chloé GASPARI, Simon GUILLEMONT, Christiane GRAU, Jean-Marc JEANBOURQUIN, Lorenzo MARINI, Alexandre PAUME, Françoise PEYRONNEL, Benjamin PLANCHOT, Guillemette POULIQUEN, Pierre VASQUEZ.

INSCRIPTIONS (Stage et repas)

Votre inscription et le paiement du stage se font désormais en ligne via ce lien: <https://www.helloasso.com/associations/association-ete-tai-chi/adhesions/inscription-mercredi-7-au-dimanche-11-juillet-2021>

STAGE: Du mercredi 7 PM au dimanche 11 juillet AM : **280 euros**
Du vendredi 9 PM au dimanche 11 juillet AM : **180 euros**

REDUCTIONS: Couples -10% / Renter le code DU02021
Enseignants ITCCA: -20% / Renter le code TEACHER

Besoin d'aide ? Simon : +33 6 62 00 20 73 ete.taichi@gmail.com

Jusqu'au 7 juin, l'inscription sera réservée en priorité aux adhérents d'ITCCA Méditerranée. Après cette date, elle sera ouverte à tout autre pratiquant ITCCA. Pour être sûr d'avoir une place, n'attendez pas le dernier moment, et bénéficier ainsi de l'étalement automatique de **vos paiements en 3 fois** : Un tiers le jour de votre inscription, un tiers le 30 juin et un tiers le 07 juillet.

En cas de désistement pour des raisons personnelles après le 30 juin, les arrhes ne seront plus remboursables. **En cas de force majeure** (notamment si le contexte actuel devait nous contraindre à des mesures imprévues) le remboursement intégral aura lieu.

L'inscription au repas du midi s'effectue également en ligne.

Il vous est possible de choisir les repas à la journée. ATTENTION: Après le vendredi 2 juillet, l'inscription aux repas sera clôturée.

Until the 7th of June, registration will be reserved in priority for ITCCA Mediterranean members. After this date, it will be open to all other ITCCA practitioners. To be sure to get a place, do not wait until the last moment, and benefit the automatic spread of your payment in 3 times : one third the day of your registration, one third the 30th of June and one third on the 7th of July. In case of cancelling for personal reasons after the 30th of June, the deposit won't be refundable. In case of major forces (especially if the current situation leads us to take unforeseen measures) full repayment will take place. Registration for lunch is also done online. You can choose the days of meal registrations. CAUTION : After Friday the 2nd of July, registration of meals will be closed.

MISE EN PLACE DES CLASSES mercredi et vendredi de 14h30 à 16h00

14H30: INSCRIPTION au bord du lac d'Attuech.

15H: PRESENTATION, FORMATION DES GROUPES, ENTRAINEMENT

LA PRÉSENCE DE TOUS Y EST NÉCESSAIRE pour l'évaluation, par Lou Yan (François Loutrel), de la cohérence des groupes et des sous groupes de niveaux. Ce début d'après-midi fait partie intégrante du stage; l'axe du travail y est présenté.

Wednesday and Friday from 2:30 p.m to 4 p.m: THE PRESENCE OF EVERYONE IS REQUIRED for the evaluation by Lou Yan (François Loutrel) of the groups' coherence, and the organisation of level subgroups. The early afternoon is part of the traineeship ; the wokstream will be introduced.

Bienvenue ! Lou Yan et les enseignants ITCCA vous accueillent pour ce stage organisé en 2 SESSIONS avec un enseignement se déroulant sur 4 DEMI-JOURNÉES CHACUNE

Quelque soit votre niveau* (avec au moins la 1ère partie apprise), vous pouvez participer aux deux sessions, ou bien ne choisir que la deuxième. Il n'est pas possible de ne faire que la première session.

WELCOME The traineeship organisation innovates this year, with 2 thematic taught on 4 half days each. It is the opportunity to refine both, or to do only the second one. It is not possible to do only the first thematic (4 first half days).

PROGRAMME 1ère SESSION

**MERCREDI APRES-MIDI,
JEUDI et VENDREDI MATIN
16H00-19H00 et 9H00-12H00**

Wednesday afternoon, Thursday and Friday morning:
9 a.m-12 a.m and 4 p.m-7 p.m

PROGRAMME DE CHAQUE DEMI-JOURNÉE avec LOU YAN:

Cours 1: FORME DU CENTRE DU GENOU ET DES COUDES

«FROG TRAINING» (pour la 1ère fois en Europe)

Forme entière connue. C'est une forme respiratoire de première importance pour la compréhension de l'énergie interne.

Entire Form known. It is a respiratory form of first importance for the understanding of internal energy.

Cours 2: FIGHTING FORM à mains nues

Principe martial du levier :

Classe 1 : 1ère partie.

Principe martial du point fixe (comment fixer le point de contact pour se replacer de manière invisible):

Classe 2 : 20 premiers mouvements de la 2ème partie.

Classe 3 : 40 premiers mouvements de la 3ème partie

Bare hands fighting form - Learnings, trainings. Class 1: 1st part. Class 2: 20 first movements of 2nd part. Class 3: 40 first movements of 3rd part.

Cours 3: EPEE et FIGHTING FORM DE L'EPEE

Classe 1 : Apprentissage Fighting Form

Classe 2 : Fighting Form et applications

Sword and sword fighting-form: Class 1: fighting-form learning . Class 2: Fighting Form and actions.

***Pour les niveaux moins avancés,**
cours 1 et 3 avec un enseignant ITCCA :

- Vitamines dans la Forme

- Epée

Courses with a ITCCA teacher in replacement of course 1 and 3.

La tenue de Tai Chi Chuan traditionnelle (noir ou/et blanc) est fortement conseillée. Planning journalier sous réserve de changements selon les desiderata des organisateurs, ou en cas de forte chaleur. Schedules subject to change according to organizers desiderata and in case of strong heat.

PROGRAMME 2ème SESSION

**VENDREDI APRES-MIDI et SAMEDI
16H00-19H00 et 9H00-12H00**

Friday afternoon and Saturday: 9 a.m-12 a.m and 4 p.m-7 p.m

PROGRAMME DE CHAQUE DEMI-JOURNÉE avec LOU YAN:

Cours 1: YI KONG ET FORME DU CENTRE DES GENOUX

«FROG TRAINING» et tests. Une seule classe.

« FROG TRAINING» and tests. One class..

Cours 2: TUI SHU: TESTS DE LA FORME

Classe 1 : Simple poussée des mains

Classe 2 : Double poussée des mains débutants

Classe 3 : Poussée des mains à pas fixe libre (enseignée pour la 1ère fois)

Tui shu : form tests. Class 1: simple hands push. Class 2: double hands push for beginners. Class 3: double hands push for elders.

Cours 3: MEDITATION

**DIMANCHE MATIN
9H00-12H00**

Sunday morning: 9 a.m-12 a.m

Cours 1: FORME DU CENTRE DES GENOUX

Cours 2: YI GONG

Cours 3: TUI SHU: TESTS DE LA FORME