

Stage de TUISHOU (poussée des mains) et applications martiales

DIMANCHE 13 juillet 2025
10h-12h30 et 14h-16h30



TARIF : 30€ la journée / nombre de places limitées
Possibilité de faire seulement une 1/2 journée

INSCRIPTION - RENSEIGNEMENT : Yannick LEGRAND 0618907166
Yanlegrand@hotmail.fr

LIEU : WU XING DAO - 21b rue de la Briqueterie – 59700 MARCQ en BAROEUL
INTERVENANT : Yannick LEGRAND

Je vous propose d'aborder un des points fondamentaux du taijiquan : **le tuishou ou mains collantes** qui nous permettra d'approfondir notre pratique.

Nous échangerons avec un partenaire nos énergies avec douceur et fluidité.

Nous étudierons **les 8 portes ou 8 potentiels** :

- peng (parer)
- lu (tirer en arrière)
- an (pousser)
- tsi (presser)
- lié (séparer)
- caí (tordre)
- zhou (coup de coude)
- khao (coup d'épaule)

La pratique est complémentaire avec la forme en solo tel le yin-yang, elle vous apporte de nouvelles sensations et nourrira vos taolus en les remplissant d'une présence plus concrète.

C'est ainsi que vous expérimenterez lors de vos contacts vos sensations de lecture et les applications martiales du taijiquan.

Je vous attends avec grand plaisir.