

LE MEI HUA ZHUANG (Mei Hua)

Le Mei Hua est un art martial populaire très ancien profondément ancré dans le milieu rural de certaines provinces chinoises. Il a été introduit en Europe à la fin du XX^e siècle.

La technique de base consiste en cinq postures correspondant aux 5 éléments de la cosmologie chinoise. Ces postures sont ensuite reliées entre elles par un enchaînement de mouvements dynamiques simples, selon la théorie du yin yang.

Cette pratique a pour but de faire circuler le Qi (énergie) dans notre corps et de parvenir à l'harmonie entre l'Homme et la Nature. Il n'y a pas d'esprit de compétition.

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

Pour plus d'informations : <https://www.meihuazhuang.org>



Stage initiation et perfectionnement au MEI HUA

Thème abordé : Reprise de la pratique après un an de confinement

13 au 16 mai 2021

GRAU DU ROI (30-Gard)

Camping Odalys l'Elysée***

Gymnase privé en cas de mauvais temps

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

Animée par

Yan YAN et Junmin REN
maîtres de 18^{ème} génération



HORAIRES

Accueil Jeudi 14h00 – 14h30

Pratique:

Jeudi 14h30-17h30

Vendredi 9h30-12h30 et 14h30-17h30

Samedi 9h30-12h30 et 14h30-17h30

Dimanche 9h30-12h00

HEBERGEMENT

Au camping Odalys Plein Air-Domaine Elysée- 980 Route de l'Espiguette – 30240 Grau du Roi

Mobil home de 5 à 6 personnes – voir descriptif pièce jointe

Contact : Stéphanie Campo Rodrigues ; 0466357335 - 0645663454

Mail : direction-elysee@odalys-vacances.com

Précisez stage de Mei Hua

CONTACT

Françoise Curzi : 0645638390

Mail : francoisecurzi2@gmail.com

LES REPAS

Vendredi : Repas pris individuellement – pas de rassemblement

Samedi : Repas pris individuellement – pas de rassemblement

Samedi soir : Repas traiteur pour un tarif de 15 € à régler par chèque à part lors de la réservation.

Réservation avant le 8 mai :

mail: francoisecurzi2@gmail.com

Possibilité variante végétarienne

BULLETIN D'INSCRIPTION à renvoyer avant le 8 mai

Nom :

Tél :

Prénom :

Email:

Adresse :

Association locale :

Nombre de repas Samedi soir : normal :
végétarien:

PARTICIPATION POUR LA RENCONTRE :

COTISATION A L'AE MHZ

Année 2020-2021 adulte 70 € x

moins de 16 ans 35 € x

STAGE COMPLET normal 66 € x

couple 124 € x

réduit* 62 € x

découverte** 5 € x

+ cotisation

moins de 16 ans gratuit x

STAGE à la journée normal 22 € x

réduit* 20 € x

Total

Deux chèques : un pour les repas et l'autre pour le stage

Règlement en espèces ou chèque libellé à l'ordre de **MHZ Lunel** –
Retourner le bulletin et le règlement à **Françoise Curzi Capitainerie de Port Camargue 30240 Le Grau du Roi avant le 8 mai**

* Tarif réduit pour famille sous même toit, étudiant, demandeur d'emploi

** Tarif découverte pour une personne découvrant le Mei Hua.

Ce tarif découverte comprend la cotisation annuelle à l'AE MHZ 2020-2021