

LE MEI HUA ZHUANG

Le Mei Hua est un art martial populaire traditionnel très ancien, profondément ancré dans le milieu rural de certaines provinces de Chine. Il a été introduit en Europe au début des années 1990.

A la fois externe et interne, fondé sur la cosmogonie chinoise (Yin, Yang, cinq éléments...), cet art vise le développement du bien-être et le renforcement des capacités physiques et mentales au travers de la circulation du Qi (énergie). Il s'aborde sans esprit de compétition.

Le "Jiazi" (base de la pratique) alterne postures statiques et phases dynamiques et peut s'exercer seul, face à face ou en groupe. Ensuite viennent s'ajouter des enchaînements avec armes (bâtons, épées...) qui permettent de diversifier et d'enrichir la pratique.

Pour plus d'information : www.meihuazhuang.org



 *MHZ Champillon*

3, allée des pins 51160 Champillon

Renseignements :

André et Michèle ARSENE

Tel : 06.61.45.06.62 Mail : arsene.lup@wanadoo.fr

Jean-Louis TISSIER

Tel : 06.73.33.78.44 Mail : champillon.mhz@gmail.com

Plus d'information : www.mhz-champillon.fr

Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique

Mei Hua Zhuang

les 2 et 3 juillet 2022

STAGE le samedi
à Champillon

FÊTES Henri IV
le dimanche à Ay



Rencontre organisée par

l'**association MHZ Champillon-Epernay** en partenariat
avec l'**Association Européenne de Mei Hua Zhuang**.



Animée par Yan YAN et Junmin REN
Maîtres de la 18ème génération



INFORMATIONS PRATIQUES

LE STAGE

Thème abordé : Changement d'orientation - Bâton
BU-ER - NON DEUX, rien n'est séparé.

Samedi 2/07/2022 : Inscriptions de 9h à 9h30
Pratique de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h

FETES HENRI IV

Dimanche 3/07/2022 : Pratique et répétition de 9h à 12h
Participation à la grande parade (14h30-16h30)
Tenue exigée : **Noir**, en bas, **Blanc** en haut.
Mise en place dès 14h

Lors du défilé de l'après-midi, démonstrations de séquences de Mei Hua durant les arrêts. Apportez bâtons, sabres... Mise au point le dimanche matin.

REPAS

Samedi midi : repas tiré du sac → **Apportez vos couverts, assiettes, gobelets...**
ou plateau repas (10 €, à réserver à l'inscription)

Samedi soir : libre (comme la soirée)
Possibilité de manger à AY et d'assister aux fêtes Henri IV. *

Dimanche midi : repas tiré du sac
ou plateau repas (10 €, à réserver à l'inscription)

LIEU DE PRATIQUE

Salle des fêtes de Champillon (Salle Polyvalente Henri Lagauche)
Rue Jean Jaurès, 51160 Champillon
Possibilité de pratiquer en extérieur si le temps le permet.

HEBERGEMENT

Le nombre de places est limité
S'adresser le plus tôt possible à Michèle ARSENE
au 06.30.13.18.43 ou par mail : arsene.lup@wanadoo.fr

* Les fêtes Henri IV

Le samedi : Feu d'artifice à 23h - Mapping vidéo sur l'église à minuit
Restauration possible dans des cours ouvertes.
Site internet : <https://www.feteshenri4.ay-champagne.com>

BULLETIN D'INSCRIPTION STAGE ET / OU REPAS

Inscription obligatoire avant le 15 juin 2022

Nom _____ Prénom _____

Date de naissance : _____

ASL _____

Adresse : _____

Tel : _____

Email : _____

Participation pour la rencontre :

Cotisation annuelle à l'AE MHZ Adulte 70 € x _____ = _____ €

Moins de 16 ans 35 € x _____ = _____ €

Stage le samedi 20 € x _____ = _____ €

Moins de 16 ans adhérent Stage gratuit

Pour toute personne qui n'a jamais pratiqué le Mei Hua et n'est pas adhérente :

Cotisation* A.E. MHZ 35 € x _____ = _____ €

Cotisation* moins de 16 ans : 17,5 € x _____ = _____ €

**(la cotisation à l'association européenne de Mei Hua Zhuang est obligatoire pour participer au stage)*

La cotisation donne accès aux stages de Mei Hua dans toute l'Europe au tarif indiqué dans les plaquettes. La personne est libre de s'inscrire dans l'association de son choix.

Repas

Samedi midi 10 € x _____ = _____ €

Dimanche midi 10 € x _____ = _____ €

TOTAL GENERAL = _____ €

Règlement par chèque à l'ordre de MHZ CHAMPILLON, à adresser à :

Christine GLACET 63 rue René Lalique 51160 AY
Tel : 06.79.69.17.08 mail : ch.glacet@orange.fr