

TAÏ CHI CHUAN - Stage d'été 2017 à Mâcon

Du samedi 26 août au Dimanche 27 août

Informations importantes (à conserver)

Matériel et tenues : Tenue de Taï Chi Chuan habituelle ou, à défaut, T-shirt et pantalon amples et confortables, baskets fines et plates (nous pratiquerons essentiellement à l'extérieur). En fonction de la météo, prévoyez : casquettes/chapeau, lunette de soleil, crème solaire, bouteille d'eau, nécessaire de piscine (maillot, serviette...).

Au COM, les draps sont fournis mais **pas les serviettes ni le gel douche.**

Lieu du stage : COM (Centre Omnisport de Mâcon)

389 Avenue Maréchal de Lattre de Tassigny, 71000 Mâcon

Accueil et début du stage : Samedi 26 août

Rendez-vous à 9h sur le parking devant le COM

Emploi du temps : (À titre indicatif)

Samedi :

- 9h30 – 12h15 Entraînement (+ initiation)
- 12h15 – 13h repas pris au restaurant du Com
- 13h – 14h15 repos, temps libre
- 14h15 – 16h30 Entraînement
- 16h30 – 18h30 temps libre ou visite d'une « cave » pour ceux qui le souhaitent
- 19h15 – 20h15 repas pris au restaurant du Com
- 20h30 – 22h théorie, films des « Maitres » et compétitions

Dimanche :

- 9h – 12h Entraînement (+ initiation)
- 12h15 – 13h45 repas pris au restaurant « La maison des Vins »
- 13h45 – 14h45 repos, temps libre
- 14h45 – 16h45 Entraînement
- 17h30 – 18h30 repos, temps libre ou « piscine » pour ceux qui le souhaitent
- Clôture du stage et départ

Pensez à prévoir votre covoiturage à l'avance (demandez-nous les coordonnées des autres participants si besoin).

Coordonnées : Gilles BONET : 06 85 67 50 98 – Hélène HUYNH : 06 95 00 40 03

Inscription - Stage d'été 2017 à Mâcon

Remplir en **LETTRES MAJUSCULES** SVP, **TOUS** LES CHAMPS

NOM :PRÉNOM :

Adresse :

Code Postal : VILLE :

Tél. 1: Tél. 2 :

E-mail :

Club habituel (entourez) : Taïfu (SGL) / MJC Ste Foy / MJC Confluence / CORPS / Autre :

Nombre d'année de pratique :

Coût du stage par personne :

Pension Complète 40€/personne Nombre : personne(s)

Coût pédagogique 45€/personne Nombre : personne(s)

Coût pédagogique initiation (2-3h/jour) : 20€ Nombre : personne(s)

Supplément Chambre individuelle : 16€

Chambre standard : 2 pers. en lits jumeaux => Je partage ma chambre avec :

Total à régler : €

Règlement (entourez) : Chèques / Chèques Vacances / Coupons Sport / Espèces

Prévoir de quoi régler le Restaurant pour le repas du dimanche midi (19€ ou 25€).

Adresse courrier : KFGC c/o Gilles BONET – 35 D Route de Charly – 69230 ST GENIS LAVAL

FICHE SANITAIRE

Problèmes de santé à signaler :

.....

Allergies / régimes alimentaires:

.....

Fait le : 07/07/2017

À :

Signature :