

# Mei Hua Zhuang

Les associations de

**CHAMPILLON-EPERNAY  
& REIMS**



Organisent un **stage** les  
**13 et 14 novembre 2021**

en partenariat avec

**l'Association Européenne  
de Mei Hua Zhuang.**

**Animé par Yan YAN et Junmin REN**

**Maîtres de la 18ème génération**

**Renseignements :**

André et Michèle Arsène

Tel : 06.61.45.06.62

Mail : arsene.lup@wanadoo.fr

*Plus d'information :*

[www.meihuazhuang.org](http://www.meihuazhuang.org)

[www.mhz-champillon.fr](http://www.mhz-champillon.fr)

## Stage initiation & perfectionnement

### Thèmes abordés :

Donner du sens à l'introduction de la 1<sup>ère</sup> direction (signification et symboles).

Approfondissement des changements d'orientation dans différentes situations.

Armes : révision et approfondissement (dans la poursuite du stage d'été).

Une demi-journée sera consacrée à répondre aux besoins des membres (le programme sera adapté en conséquence).

### LIEU :

**EPERNAY, Gymnase Hanauer**

*Stationnement :*

*Place de la méditerranée ou place de Saintonge - Epernay*

### Tarifs du stage :

**Voir feuille d'inscription**



### **PASSE SANITAIRE indispensable**

pour participer (justifiant d'une vaccination, ou d'un test PCR ou antigénique négatifs de moins de 72h)

## HORAIRES

**Samedi 13 : Gymnase Hanauer d'Epernay**

**9h à 9h30 : inscriptions - accueil**

**9h30 à 12h30 : pratique**

**14h à 17h : pratique**

**17h à 18h30 goûter-apéritif dinatoire**

**Emargement AG à 18h30**

**Assemblée Générale de l'AE de 19h à 21h00**

**Dimanche 14 : Gymnase Hanauer**

**9h00 à 12h00 : pratique**

**13h30 à 16h30 : pratique**

## REPAS

**Samedi midi et Dimanche midi**

Repas commun au gymnase, chacun apporte quelque chose à partager. Ou participation de 5 euros (pour ceux qui viennent de loin)

## HEBERGEMENT

Places limitées chez quelques pratiquants  
(voir fiche d'inscription)

**Réponse obligatoire pour les repas avant le**

**3 NOVEMBRE 2021**

## LE MEI HUA ZHUANG (Mei Hua)

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](http://www.meihuazhuang.org)



# Stage de Champillon-Epernay et Reims 13 & 14 novembre 2021

## FICHE D'INSCRIPTION

🔔 **A renvoyer avant le 3 novembre 2021** (pour la réservation des repas)

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_

Association locale (ASL) : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

📞 : \_\_\_\_\_

Email : \_\_\_\_\_

### Participation pour la rencontre :

Nombre de personnes

Tarif individuel pour les 2 jours 37 € x \_\_\_\_\_ = \_\_\_\_\_ €

Samedi entier 21 € x \_\_\_\_\_ = \_\_\_\_\_ €

Dimanche entier 21 € x \_\_\_\_\_ = \_\_\_\_\_ €

Stage découverte\*\* 5 € x \_\_\_\_\_ = \_\_\_\_\_ €

Moins de 16 ans adhérent Stage gratuit

Je serai présent à l'Assemblée Générale le 13 novembre : Oui  / Non

*Pour ceux qui ne sont pas adhérents :*

Nombre de personnes

Cotisation\* A.E. MHZ 70 € x \_\_\_\_\_ = \_\_\_\_\_ €

Cotisation\* moins de 16 ans : 35 € 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.*

\*\* *Tarif découverte pour une personne débutant le Mei Hua au stage (après 1 ou 2 essais gratuits au sein de l'association locale) et réglant la cotisation annuelle à l'AE MHZ.*

### Repas

Nombre de personnes

Samedi midi 5 € x \_\_\_\_\_ = \_\_\_\_\_ €

Samedi Soir Goûter-apéritif dinatoire offert par les 2 ASL organisatrices

Dimanche midi 5 € x \_\_\_\_\_ = \_\_\_\_\_ €

**TOTAL GENERAL** = \_\_\_\_\_ €

**Règlement** par chèque à l'ordre de « MHZ Champillon », à envoyer à :

Christine GLACET 63 rue René Lalique 51160 AY

Tel : 06.79.69.17.08 mail : ch.glacet@orange.fr

**Pour l'hébergement**, (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 associations de Champillon et Reims offrent l'apéritif du samedi soir.  
Afin de minimiser le prix des repas, l'ASL prend à sa charge une partie des frais de restauration. Il ne sera **pas possible de chauffer les plats** dans le gymnase.  
Pour les repas, n'oubliez pas d'**apporter vos assiettes, verres et couverts** afin de faciliter le travail des organisateurs et de respecter les gestes barrières.