

# Les 19 et 20 janvier 2019

## STAGE INITIATION & PERFECTIONNEMENT AU MEI HUA

Thèmes abordés : pratique sur « petite place » et respiration

Samedi 19 janvier 2019

Accueil à 09:10

Pratique de 09:30 à 12:30 et de 14:00 à 17:00

Démonstration publique de 17:00 à 17:30

Apéritif et dîner à partir de 19:00

Dimanche 20 janvier 2019

Pratique de 09:30 à 12:30 et de 13:30 à 16:30

### Les repas

Samedi et dimanche midi :

chacun apporte un plat qu'il souhaite partager avec tous

Samedi soir : repas traiteur

3 stagiaires « découverte »  
et 18 participants des ASL de

- Toulouse Rangueil (1+5)  
(organisatrice)
- Rouergue (Rodez) (1)
- Quercy (Figeac) (3)
- Millau (1)
- Fabrègues (1+5)
- Auvergne (3)
- et 1 indépendant

Stage animé par Yan YAN et Junmin REN, Maîtres de 18<sup>ème</sup> génération,  
et présenté par Philippe ROUBICHOU, Président de l'Association Européenne  
de Mei Hua Zhuang, Président de l'Association MHZ Toulouse Rangueil



Pierre-Henri ... Pierre, Bernard, Jean-Jacques, Renée, Dany ... Emma, Michèle, Chantal, Laetitia, Patrice, Mado, Yan, Martine, Emmanuel, Philippe

L'Association remercie Jean-François LEGLAUNEC pour ses photos, encore excellentes !





posture « eau »



posture « bois »



changement entre postures

Les Maîtres Yan YAN et Junmin REN font une démonstration de Jiazi en face à face

Présentation du Yi Jing  
Un conte  
Respiration, un des  
thèmes du stage



Série des cinq pas

Philippe, Gisèle, Michèle, Anne-Marie, Corinne, sous l'œil vigilant de Yan / Philippe  
Gisèle



Junmin REN et Yan YAN souriants et détendus



Changement de direction



posture « métal »



entre 2 postures

démonstration  
de Jiazi à quatre

avec  
Pierre, Emmanuel,  
Martine et Patrice

toujours sous l'œil  
attentif de Yan



Peilin et Philippe au sabre

Anne-Marie, Pierre, Corinne, Martine, Patrice et Michèle  
aux poignards (Junmin REN photographie)



Arlette et Emmanuel à l'épée





Démonstration de boxe par les Maîtres



Vous reconnaissez-vous au fond ?  
Plus près, Jean-Jacques et Renée,  
Bernard, Gisèle, Emmanuel, Hélène



série des 3 X

Mado, Patrick, Emma, Arlette,  
Pierre, Martine, Philippe, Gisèle,  
Junmin

Séries des exercices d'étirement,  
tous ensemble derrière Junmin !



Le bel ensemble du début s'est dégradé ! Philippe et Bernard encore synchronisés !

