



TAIJI QUAN EN BAUGEOIS

Stage 1 et 2 mars 2025



HERVE MAREST

Hervé proposera un travail seul et avec partenaire sur la compression spiralée et la poussée ressort, ses bases énergétiques, ses relations avec la respiration et ce qu'on nomme ouverture et fermeture.

Il proposera également un panel d'applications en regard, dans la douceur et la compréhension des principes.

Hervé Marest a commencé la pratique des arts martiaux en 1973 et le Taichi Chuan en 1987 avec Claudy Jeanmougin.

Diplômé de l'École Française de Taiji Quan créée par Claudy, il se perfectionne également à Taiwan et en Europe avec Me Wang Yen-Nien et Serge Dreyer.

Son approche de la pratique est globale : technique, martiale, énergétique et spirituelle. Il a récemment fondé l'École du Dragon Noir (<https://wulongpai.org/>) qui correspond à sa voie d'approfondissement du style Yangjia Michuan Taichi Chuan (Yangmi).

Renseignements et inscriptions :

contact@taichibaue.com

www.taichibaue.com

