

HORAIRES :

(Accueil à partir de 9h15)

Samedi :

**Ateliers de 9h30 à 13h00
et de 14h30 à 17h30**

Dimanche :

**Ateliers de 9h30 à 13h00
et de 14h30 à 16h30**

*Pour le midi il est possible de
déjeuner ensemble d'un repas
froid que chacun apportera.*

COTISATIONS :

Adhérents au club

50€ le stage complet
35€ la journée (samedi)

Non adhérents

65€ le stage complet
40€ la journée (samedi)

LIEU DE STAGE:

Grande salle du
Pôle de vie Nord-Ouest
5 rue Jean Racine
Quartier du Chemin vert
14000 CAEN

RENSEIGNEMENTS :

Mireille Allali
06 31 06 07 32

Marie-France Bonnard
06 63 92 15 74

ass.taijiquan.caen@gmail.com

<http://www.taiji-caen.fr>



STAGE de Taïchi Chuan

**Animé
par**

SERGE DREYER

**SAMEDI
et
DIMANCHE**

**10 et 11 février
2024**

NOTRE WEEK-END :

TAIJI QUAN : forme et tuishou

« Pratiquer seulement la forme revient à apprendre à danser le tango tout seul. Je vous laisse deviner les sensations et le défi quand vous avez un(e) partenaire dans les bras. Il en va d'autant plus que le tuishou peut être pratiqué tout aussi agréablement qu'une danse de tango car c'est la qualité des partenaires en jeu qui crée du plaisir et non le système. Dans cet état d'esprit je vous ferai découvrir des applications tuishou de certaines postures de la forme. Il ne s'agira évidemment pas de formater votre apprentissage des séquences mais de développer votre intelligence du système appelé taiji quan. Pour ce faire, j'insisterai sur des

notions cardinales telles que le *fangsong*, *l'écoute de l'autre*, *la transformation*, *la spirale/hélice*, *etc.* Un ensemble d'exercices de ma composition vous invitera à vivre et à réfléchir sur la richesse trop souvent insoupçonnée de nos postures des séquences. Ce sera également une invitation à plonger dans certains aspects de la pensée chinoise en action, débarrassée des discours pompeux de trop « *mangeurs de vent* » (B. Cyrulnik). »

Serge



NOTRE INVITE :

Serge DREYER

a été un des premiers occidentaux à pratiquer le Taiji Quan avec Maître Wang Yen Nien à Taïwan.

Il est diplômé du plus haut grade technique de la Fédération de Taiji Quan de Taïwan.

Il est le fondateur des rencontres Jasnières internationales.

Sinologue, il est enseignant chercheur à l'Université et a publié de nombreux ouvrages de référence.