

Stage Yangjia Michuan Taiji Quan

Mercredi 17 mai au lundi 22 mai 2023

Au Centre Zen de la Falaise Verte (Ardèche, vallée de l'Eyrieux)



L'enchaînement enseigné est la forme "secrète", traditionnelle de la famille Yang (Yang Jia Michuan Taiji Quan) transmise par Maître Wang Yen-nien (1914-2008) l'un des derniers grands maîtres traditionnels de cette discipline.

Thèmes du stage : la longue forme, les 8 potentiels, applications martiales, l'éventail Yen-nien

Pendant ce stage nous proposons une analyse des 8 potentiels (PENG, LU, AN, JI, CAI, LIE, ZHOU, KAO) à l'aide des exercices de base et en situation dans les treize postures et la longue forme (les trois duans). Nous approfondirons notre pratique à deux avec l'étude d'une vingtaine d'applications martiales et mise en situation avec un partenaire. Le travail à deux aide à développer l'écoute ainsi qu'une meilleure précision dans les mouvements. Une pratique d'éventail sera proposée en fin de journée. Nous pouvons aussi participer à une séance de Zazen le matin avec les permanents de la Falaise Verte.



L'Eyrieux qui s'écoule à deux pas du Centre

Enseignants :

Michel Douiller et Catherine Heywood

Michel est 5^{ème} duan FAEMC. Élève de Maître Wang Yen-nien pendant plus de 30 ans, Michel a fait plusieurs longs séjours auprès de lui à Taipei. Diplômé de la Fédération Internationale de Taiji Quan Yang de Taiwan et de la Fédération des Arts Énergétiques et Martiaux Chinois (FAEMC).

Catherine est diplômée Monitrice d'Arts Martiaux Chinois Internes, délivré par la FAEMC. Elle a longtemps été assistante de Michel Douiller.

Dates : mercredi 17 mai (dans l'après-midi) au lundi 22 mai (après le repas de midi).

Tarifs :

- Enseignement : 250 €
- Hébergement : chambre double 325 € - chambre individuelle 365 € (le préciser sur le bulletin d'inscription)

Réservation : Avant le 17 avril 2023

En dessous de 12 participants inscrits le stage sera annulé.

Suite à votre inscription vous recevrez des précisions sur votre séjour à la Falaise Verte.

Bulletin d'inscription

À retourner **avant le 17 avril 2023**.

Stage Taiji Quan – Falaise Verte du mercredi 15 mai au lundi 22 mai 2023

Nom.....Prénom.....

Adresse

.....Tél.

Email.....

Je m'inscris au stage et verse un acompte de 150 € :

- par chèque à l'ordre de **Taiji Yang Riv'Gauche** à envoyer à
Taiji Yang Riv'Gauche, MDA BL44, 22 rue Deparcieux, 75014 Paris
- ou
- par virement bancaire
Nom : **Taiji Yang Riv'Gauche ; IBAN FR76 1027 8061 7800 0202 0520 118**
Merci de nous envoyer un mail avec votre nom, prénom, adresse, et numéro de téléphone à tajirivgauche@yahoo.fr

Signature :