



Montpellier Castelnau

ÉCOLE DE TAI CHI CHUAN style yang original
QI GONG - MÉDITATION

Calendrier annuel 2018 – 2019

	Stages Thématiques au Dao Chang du Mion St Michel MONTPELLIER (34)	Stage de la branche ITCCA Méditerranée au Dao Chang du Jardin Intérieur MARGUERITTES (30)
Octobre	<p>Lun. 15: cours phare <i>La philosophie du mouvement</i></p>	<p>Ven. 5 : stage pédagogie de l'enseignement</p> <p>Sam. 6 et Dim. 7 : stage assistants et élèves motivés</p>
Les cours sont assurés pendant les vacances de la Toussaint, hors jours fériés.		
Novembre	<p>Sam. 10: stage correction de la forme & stage Qi Gong <i>les 18 règles de la posture immobile</i> <i>Qi Gong des sons des 5 éléments</i></p> <p>Lun. 12 : cours phare <i>Les différentes formes de respiration</i></p>	<p>Du 1 au 4 : stage enseignant</p> <p>Sam. 17: stage correction de la forme & stage Qi Gong</p> <p>Dim 18 : stage thématique 6ème année et + <i>Forme du centre des coudes et Qi Form du bas ensemble, test et apprentissage dans la forme et dans Fighting Form</i></p> <p>Ven. 23 au Dim. 25 : stage pédagogie de l'enseignement</p>
Décembre	<p>Lun. 10 : cours phare <i>Les alignements et le pas dans la pratique</i></p> <p>Ven 14 : repas de Noël ITCCA MONTPELLIER</p>	<p>Sam. 1 : Cycle de conférence « Oser être Soi ! » <i>Comprendre l'hérédité et le conditionnement selon l'énergétique traditionnelle chinoise</i></p> <p>Sam. 8 : stage de travail à 2 tous niveaux <i>Principes internes du tui shu, les leviers</i></p> <p>Dim. 9 : stage de travail à 2 niveau 6 et + <i>Principe inédit d'angle d'attaque dans la Fighting Form</i></p>
L'école est fermée pendant les vacances de Noël.		
Janvier 2019	<p>Lun. 21 : cours phare <i>La relation martiale</i></p> <p>Sam 26 : Stage correction de la forme</p>	<p>Sam. 19 et Dim. 20 : Rentrée de la formation <i>Lemniscate Processus : « Devenir son propre thérapeute »</i></p> <p>Sam. 19 : Cycle de conférence « Oser être Soi ! » <i>comprendre comment les pollutions, nos traumatismes et notre conditionnement nous éloignent de notre véritable nature, et comment y remédier</i></p> <p>Sam. 26 : Stage correction de la forme et stage Qi Gong <i>Qi Gong des méridiens et grande circulation</i></p> <p>Dim 27 : stage thématique 6ème année et + <i>Forme du centre des coudes et Qi Form du bas ensemble, test et apprentissage dans la forme et dans Fighting Form</i></p>



Montpellier Castelnau

ÉCOLE DE TAI CHI CHUAN style yang original
QI GONG - MÉDITATION

Calendrier annuel 2018 – 2019

Février	Lun. 11 : cours phare <i>Conduction du mouvement et équilibre des forces</i>	Sam. 9 : stage d'épée tous niveaux Dim. 10 : stage d'épée niveau 6 et +
<i>Durant les vacances d'hiver, les cours sont assurés 25 février au 1 mars ; l'école ferme ses portes du 4 au 8 mars.</i>		
Mars	Lun. 11 : cours phare <i>Tensions et détente</i>	Sam. 16 : stage de travail à 2 tous niveaux <i>Apprentissage et progression dans les formes de poussée des mains et dans Fighting Form</i> Dim. 17 : stage de travail à 2 niveau 6 et + <i>Suite des 6 principes internes du travail à 2, angle d'attaque</i>
Avril	Lun. 8 : cours phare <i>Synthèse de l'année et question - réponse</i>	Sam 6 : Stage correction de la forme & stage de Qi Gong <i>Shen Gong et méditation : être dans l'instant présent ; concentration, contemplation, visualisation ; perception physique, énergétique, spirituelle</i> Dim 7 : stage thématique 6ème année et + <i>Forme du centre des coudes et Qi Form du bas ensemble, test et apprentissage dans la forme et dans Fighting Form</i>
<i>Durant les vacances de printemps, les cours sont assurés du 29 avril au 03 mai; l'école ferme ses portes du 22 au 26 avril.</i>		
Mai	Merc. 8 : fête du sport – parc de la Rauze Les Sam. 11, 18, 25 : Tai Chi sur l'Esplanade Charles de Gaulle <i>pratique gratuite en extérieur et ouverte à tous</i>	Sam. 11 et Dim.12 : stage méditation <i>2 jours de méditation guidée au Jardin Intérieur. Les thématiques abordées seront : le corps conscience, la respiration, se déplacer vers le silence...</i> Sam. 18 et Dim. 19 : stage inter-régional <i>Partage des spécificités des enseignants de la Branche ITCCA au travers une diversité de cours autour d'un thème commun – annoncé durant l'année</i>
Juin	Les Sam. 1, 8, 15, 22, 29 : Tai Chi sur l'Esplanade Charles de Gaulle <i>pratique gratuite en extérieur et ouverte à tous</i> Ven. 14 : fête du Tai Chi / pratique à la plage <i>stage gratuit en extérieur</i> <i>fin des cours le 30 juin</i>	



Montpellier Castelnau

ÉCOLE DE TAÏ CHI CHUAN style yang original
 QI GONG - MÉDITATION

Calendrier annuel 2018 – 2019

Juillet

du 10 au 14 : stage d'été de la Branche ITCCA Méditerranée avec Maître Chu à Atuech (30)
Prolongation du Programme de 2017
Grande nouveauté : possibilité de suivre l'enseignement de Maître Chu soit du 10 au 14, soit du 12 au 14

du 23 au 25 : Retraite de méditation (en résidentiel en Haute Loire)
4 jours de méditation dans un cadre naturel préservé
Cet été est l'occasion de vous plonger dans la pratique de techniques de méditation en étant accompagné par un enseignant expérimenté, lors d'un stage aux sources de la Loire avec pratique en pleine nature, le long de la rivière, en forêt, lors de marches méditatives, dans un lieu rustique et charmant.
Les thématiques abordées seront : le corps conscience, la respiration, se déplacer vers le silence...

du 26 au 28 : stage « se détendre, respirer, se centrer » (en résidentiel Hte Loire)
3 jours de découvertes, de vacances, de respirations, par des pratiques en conscience sur les thèmes :
 - *Se Détendre : Approche du tonus par des exercices spécifiques, la visualisation positive et bien sûr la relaxation, donner et recevoir des massages détente, espaces de temps libres et conviviaux. Toilette taoïste.*
 - *Respirer : mise en œuvre des principes liés au repos de l'organisme. Pratique des sons et des harmoniques. Respiration aérienne, interne, lien entre conscience et respiration*
 - *Se Centrer : nous donnerons au schéma corporel toute la subtilité auquel il peut prétendre. C'est la porte à pousser, afin de comprendre que la volonté peut faire place à l'intention, légère comme une plume, puissante comme une montagne.*

Contacts pour connaître les dates de stage des formations connexes proposées par le réseau :

Devenir son propre thérapeute - **Lemniscate Processus**
 04-66-26-16-83 contact@lemniscate-processus.com

Formation Massage - **Contact and Care**
 06 48 35 35 47 contact@lemniscate-processus.com



Montpellier Castelnau

ÉCOLE DE TAI CHI CHUAN style yang originel
 QI GONG - MÉDITATION

Calendrier annuel 2018 – 2019

Horaires

- **Cours Phare** : 18h temps de feng shui et 18h30 début du cours phare
- **Stage Qi Gong** : 14h30 – 17h30
- **Matinée Martial** : 9h – 12h
- **Stage thématique 6ème année et +** : samedi 14h30 – 18h30 (en commun avec le stage de Qi Gong, travail par groupe de niveau), dimanche 9h30 – 17h30
- **Stage d'épée, de travail à 2** : 9h30 – 17h30
- **Stage répétition de la forme** : 9h30 – 12h30
- **Autres stages** : horaires annoncés dans la newsletter mensuelle

Tarifs

- **Stage Qi Gong** : 40 euros
- **Matinée Martial** : 60 euros
- **Stage thématique 6ème année et +** : 65 euros – non sécable
- **Stage assistants – élèves motivés** : 60 euros 1 journée, 90 euros les 2 jours.
- **Stage d'épée, de travail à 2** : 50 euros 1 journée, 90 euros le stage
- **Stage inter-régional** : 30 euros la journée
- **Stage pédagogie de l'enseignement** : 60 euros la journée.
- **Stage correction de la forme** : 40 euros.
- **Autres stages** : tarifs annoncés dans la newsletter mensuelle

Des stages « matinée martial » ont lieu 1 à 2 fois par mois le mercredi matin. Ils se déroulent au dao Chang du Jardin Intérieur à Marguerittes.

Si vous souhaitez être tenu informé des dates, merci de contacter directement Simon : contact@tai-chi-processus.com

Toute l'information de votre école - newsletter, contenu des stages, photos et vidéos, vie associative - est sur le site web de l'école

www.tai-chi-montpellier.fr