



Montpellier Castelnau

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

Calendrier annuel 2019 – 2020

	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	Lun. 14: cours phare <i>Nouvelle formule avec niveau avancé</i>	Sam. 5 et Dim. 6 : stage assistants et élèves motivés
<i>Les cours sont assurés pendant les vacances de la Toussaint, hors jours fériés.</i>		
Novembre	Lun. 18 : cours phare <i>Les différentes formes de respiration</i>	Du 30 octobre au 3 : stage enseignant Sam. 16: stage correction de la forme & stage Qi Gong Dim 17 : stage thématique 6ème année et + <i>Forme du centre des coudes et Qi Form du haut, test et apprentissage dans la forme et dans Fighting Form</i> Ven. 22 au Dim. 24 : stage pédagogie de l'enseignement Sam. 30 : Portes ouvertes du centre de formation <i>sous forme d'atelier conférence</i>
Décembre	Sam. 16: stage correction de la forme & stage Qi Gong <i>Stage offert dans l'adhésion</i> Lun. 9 : cours phare <i>Nouvelle formule avec niveau avancé</i> Ven 20 : repas de Noël ITCCA MONTPELLIER	Sam. 7 : stage de travail à 2 tous niveaux <i>Principes internes du tui shu, les leviers</i> Dim. 8 : stage de travail à 2 niveau 6 et + <i>Principe inédit d'angle d'attaque dans la Fighting Form</i>
<i>L'école est fermée pendant les vacances de Noël.</i>		
Janvier 2019	Lun. 20 : cours phare <i>Nouvelle formule avec niveau avancé</i> Sam 18 : Stage correction de la forme	Sam. 18 : Stage correction de la forme et stage Qi Gong Dim 19 : stage thématique 6ème année et + <i>Forme du centre des coudes et Qi Form du haut, test et apprentissage dans la forme et dans Fighting Form</i> Sam. 25 et Dim. 26 : <i>Rentrée de la formation Lemniscate Processus : « Devenir son propre thérapeute »</i>
Février	Lun. 11 : cours phare <i>Nouvelle formule avec niveau avancé</i>	Sam. 8: stage d'épée tous niveaux Dim. 9: stage d'épée niveau 6 et +



Montpellier Castelnau

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

Calendrier annuel 2019 – 2020

	<i>Durant les vacances d'hiver, les cours sont assurés 10 au 16 ; l'école ferme ses portes du 17 au 23.</i>	
Mars	Lun. 16 : cours phare <i>Nouvelle formule avec niveau avancé</i>	Sam. 14 : stage de travail à 2 tous niveaux <i>Apprentissage et progression dans les formes de poussée des mains et dans Fighting Form</i> Dim. 15 : stage de travail à 2 niveau 6 et + <i>Suite des 6 principes internes du travail à 2, angle d'attaque</i>
Avril	Lun. 20 : cours phare <i>Nouvelle formule avec niveau avancé</i>	Sam 25 : Stage correction de la forme & stage de Qi Gong Dim 26 : stage thématique 6ème année et + <i>Forme du centre des coudes et Qi Form du haut, test et apprentissage dans la forme et dans Fighting Form</i>
	<i>Durant les vacances de printemps, les cours sont assurés du 6 au 12 ; l'école ferme ses portes du 13 au 19 avril.</i>	
Mai	Les Sam. 9, 16, 23 : Tai Chi et Qi Gong sur l'Esplanade Charles de Gaulle <i>pratique gratuite en extérieur et ouverte à tous</i>	Sam. 2 et Dim.3 : 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. 16 et Dim. 17 : 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> Dim. 14 : fête du sport – parc de la Rauze Ven. 19 : fête du Tai Chi / pratique à la plage <i>stage gratuit en extérieur</i>	
	<i>fin des cours le 28 juin</i>	



Montpellier Castelnau

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

Calendrier annuel 2019 – 2020

Juillet

du 8 au 12 : stage d'été de la Branche ITCCA Méditerranée avec Lou Yan à Atuech (30)
Pratique par groupe de niveaux, en plein air au bord d'un lac ; enseignements par l'ensemble des professeurs de la branche ITCCA Méditerranée

du 17 au 19 : 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.*

du 20 au 23 : 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...

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 2019 – 2020

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** : 30 euros. (*50 euros si journée entière avec le stage de Qi Gong*)
- **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