

Stage Yangjia Michuan Taiji Quan

Mercredi 15 juin au lundi 20 juin 2022

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 BA FA, le DA LU, l'éventail Yen-nien

Pendant ce stage nous pratiquerons et perfectionnerons la longue forme (les trois duans). Nous approfondirons notre pratique à deux avec les BA FA, applications de la troisième partie des 13 postures, ou le DA LU, le grand enchaînement. Le DA LU est le quatorzième exercice de TUI SHOU de notre style de Taiji Quan et s'effectue avec un partenaire en se déplaçant dans les différents directions. Le travail à deux aide à développer l'écoute ainsi qu'une meilleure précision dans les mouvements. Il permet aussi d'apprécier une des données les plus importantes du taoïsme : « *d'abord un yin, ensuite un yang, c'est ainsi que tout fonctionne* ». Une pratique d'éventail sera proposée en fin de journée.

Nous pouvons aussi participer à une séance de Zazen le matin avec les résidents du centre.



Le DA LU dans le dōjō de pratique à la Falaise Verte

Enseignants : Michel Douiller et Catherine Heywood

Michel est 5^{ème} duan FAEMC. Elève 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 Energétiques 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 15 juin (dans l'après-midi) au lundi 20 juin (après le repas de midi).

Tarifs :

- Enseignement : 250 €
- Hébergement : chambre double 300 € - chambre individuelle 340 € (le préciser sur le bulletin d'inscription)

Réservation :

Avant le 15 mai 2022 en retournant le bulletin ci-dessous accompagné d'un chèque d'acompte de 150 € à l'ordre de *Taiji Yang Riv'Gauche*

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 15 mai 2022** à : Taiji Yang Riv'Gauche, MDA BL44, 22 rue Deparcieux, 75014 Paris

Stage Taiji Quan – Falaise Verte du mercredi 15 juin au lundi 20 juin 2022

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

Signature :