

Rencontres normandes Photos - Tai Ji Quan et Qi Gong - La fille de jade

Rencontres normandes de Tai ji quan 2012



Le 13 mai 2012 au parc de découverte EANA sur le site de l'abbaye du Valasse (76210 Gruchet le Valasse), ouvertes aux pratiquants de tout niveau et tout style



Activités

1° atelier avec Valéry Colombel

Wu Qin Xi ou le jeu des 5 animaux : Exercices de santé imitant le tigre, le cerf, l'ours, le singe et l'oiseau afin de stimuler les 5 organes correspondants

Valéry a fait ses premiers pas sur un tatami il y a 40 ans. Diplômé de la fédération française de wushu, il enseigne le Taiji quan et le Yi quan depuis 8 ans au Havre.

2° atelier avec Jean-Claude Trap

Une approche des transformations (hua jing) à partir de l'enchaînement de parer (peng), tirer (lü), pousser (an) et presser (ji)

Jean-Claude pratique les arts martiaux depuis 37 ans et le Taiji quan depuis 30 ans. Il est membre du collège européen des enseignants du Yangjia michuan Taiji quan qu'il a animé pendant plus de 6 ans.

3° atelier avec Philippe Juge

Taiji fan : la pratique de l'éventail (des éventails peuvent être mis à disposition)

Philippe est diplômé de la fédération française de wushu et de l'école Jing wu xue yuan. Il anime des cours et des stages de Taiji quan régulièrement en Normandie et en Rhône-Alpes. Il est référencé à l'AFDAS, organisme de formation d'artistes, pour le développement des techniques énergétiques chinoises au service de la mise en scène occidentale.

4° atelier avec Pascale Landais

Etude d'une forme rare Yang : une variation avec partenaire des premiers mouvements (de l'ouverture jusqu'au simple fouet) du style de Yang Shao Hou. Pascale est diplômée de la FFKAMA et enseigne le Taiji quan depuis 2004. Elle est membre de l'AIT (Arts Internes et Tradition) fondé par Georges Saby.

5° atelier avec Christian Foulon

L'importance de la colonne vertébrale lors de la mise en mouvement du qi à partir d'éducatifs transposables dans la pratique de chacun. Christian enseigne le karate-do (vieux style) depuis 1986 et le Taiji quan (écoles Sun et Yang) depuis 1988 en différents lieux du Pays de Caux.

Photos





