

INSTITUT DAO DE L'HARMONIE

法国中华传统文化学院

TAI JI QUAN

Cours hebdomadaires 2011-2012

Le Tai Ji Quan, fruit de la sagesse du peuple chinois, comporte des techniques très riches ; il est issu de la philosophie chinoise.

Il repose sur le « Dao » de l'Univers ou la théorie du Yin/Yang, pensée fondamentale du Taoïsme. Cette philosophie nous enseigne que tout objet, tout phénomène du monde, contient deux aspects : le Yin et le Yang.

Ainsi, le Tai Ji Quan constitue un art, à la fois corporel et mental, qui s'illustre par une bonne synchronisation du Yin (les organes) et du Yang (le corps, les membres) ou, en d'autres termes, en synchronisant l'interne et l'externe.

Tous les gestes doivent respecter cette loi du Yin et du Yang : par exemple, avancer ou reculer, tourner à gauche ou à droite, monter ou descendre, croissance et décroissance étant liées. En fait, Yin et Yang sont toujours en opposition, interdépendants ; ils se transforment mutuellement, ou encore l'un engendre l'autre, l'un contrôle l'autre. Autrement dit, l'un ne saurait exister sans l'autre. Par conséquent, la pratique du Tai Ji Quan nécessite une bonne synchronisation du haut et du bas, du mental et du corps, de la force et de la souplesse. Les mouvements effectuent un parcours en courbes, le champ énergétique restant plein.

Si, en effet, la théorie du Yin Yang, ou « Dao » de l'Univers, s'illustre dans la pratique du Tai Ji Quan, elle s'applique également dans la vie quotidienne. Le Tai Ji Quan est donc en quelque sorte un art tangible ; il constitue, sans nul doute, un authentique art de vivre. c'est une philosophie palpable.

En avril 1994, L'INSTITUT DU QUIMETAO est devenu l'unique représentant en Europe du CENTRE DE TAI JI QUAN STYLE CHEN DE CHINE A CHENJIAGOU. En 2010, l'Institut Dao de l'Harmonie devient le Centre National de Tai Ji École Li de Chine en France.

C'est dans le but de promouvoir cet art que l'Institut Dao de l'Harmonie vous propose des cours réguliers assurés par Maître JIAN, 7e Duan de Wu Shu. Fondateur de Qi Gong Quimetao et le Dao de l'Harmonie.

Le Tai Ji Quan enseigné à l'Institut comprend le style Chen, le style Wu et l'École Li. Il est dispensé sous forme de cours et stages, avec notamment des stages exceptionnels assurés par des experts invités spécialement de Chine, comme Me ZHANG Shaotang, Me ZHU Datong, Me Wu Bin, ME MA Changxun. Une formation professionnelle est également proposée.

PROGRAMME ET HORAIRES

Les cours se déroulent du 6 septembre 2011 au 29 juin 2012.

Tai Ji style Wu

Tous les jeudis, 10h15-11h30 (sauf les 27/10, 22 et 29/12/2011, 23/2, 1^{er}/3, 19 et 26/4/2012).

Tai Ji Ecole Li et les armes (Épée, éventail et bâton)

Tous les mardis, 20h05-21h30 (sauf les 25/10, 1er et 2/11, 20 et 27/12/2011, 21 et 28/2, 17 et 24/4, 1er et 8/05/2012).

Tai Ji style Chen

Tous les jeudis, 18h30-19h55 (sauf les 27/10, 22 et 29/12/2011, 23/2, 1er/3, 19 et 26/4/2012).

(Possibilité de cours particuliers et Formation professionnelle)

Lieu Salle du Quimétau, 57 avenue du Maine, 75014 PARIS, M° Gaîté.

TARIF

1 séance/semaine : 450 €/an

2 séances/semaine : 735 €/an

3 séances/semaine : 900 €/an

Illimité : 1080 €/an

• Frais d'adhésion : 36 €/an

• Ces tarifs concernent les adhérents. Pour les non adhérents, suppléments de 10 %.
Tarif société: suppléments de 20 %.

• Pour plus de deux séances par semaine, possibilité de choisir plusieurs disciplines.

INSCRIPTION

Renvoyer le coupon d'inscription accompagné d'un chèque de 50 € d'acompte libellé à l'ordre de l'Institut Dao de l'Harmonie, ou nous contacter au : 01 43 20 70 66

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner au : Institut Dao de l'Harmonie 57, avenue du Maine 75014 Paris

NOM :Prénom :

Adresse :

Code postal:..... Ville :

Tél :e-mail :

Je désire suivre les cours et joins un chèque de 50 € d'acompte, non remboursable, à l'ordre de l'Institut Dao de l'Harmonie pour l'inscription.

date :

Signature :