

INSTITUT DU QUIMETAO

巴黎中医武术学院

XING YI QUAN

Cours hebdomadaires 2010 – 2011

En Chine, les plus célèbres des quatre styles d'arts martiaux sont le Tai Ji Quan, le Ba Gua Zhuang, le Xing Yi Quan et le Shaolin. Les trois premiers sont internes et le dernier est externe. Parmi les trois styles internes, le Xing Yi Quan est un style plus ferme.

Selon la légende, la paternité du style remonterait au célèbre général YUE Fei (1102-1142), sous la dynastie des Song du Nord (960-1127). Grâce à cette technique, les armées YUE remportèrent de nombreuses victoires.

Le Xing Yi Quan a pour but de "renforcer l'Interne" (accroître le potentiel d'énergie vitale et conserver la santé), tout en "protégeant l'Externe" (être capable de se défendre en cas d'agression en utilisant les formes de l'Art Martial). Dans ces techniques, le corps (XING) guidé par la pensée (YI), et à travers de l'action du poing (QUAN), reproduit les mouvements de l'énergie interne (QI). C'est une union entre le corps externe, l'esprit, la pensée et l'énergie interne. Il est autant efficace sur le plan de la longévité qu'au niveau de la pratique martiale.

Les maîtres en arts martiaux modernes, récents, ont été profondément influencés par le Xing Yi Quan ; à titre d'exemple, le fondateur du Da Cheng Quan, Maître WANG Xiang Zhai est lui-même un Grand-maître de Xing Yi Quan. Sur cette base il a développé le Xing Yi Quan et créé le Da Cheng Quan. Si l'on pratique bien le Xing Yi Quan, cela nous aide à bien comprendre les arts martiaux internes.

C'est pour satisfaire la demande de nombreux élèves que notre Institut a ajouté cette discipline à ses formations habituelles.

Dates et horaires

Les cours se déroulent du 6 septembre 2010 au 24 juin 2011.

Tous les Lundis, 18h30-19h55 (sauf les 1^{er}/11 et 27/12/10, 25/04/11).

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

Tarif 450 €/an Ces tarifs concernent les adhérents. Pour les non adhérents, supplément de 10 %.

Tarif société: suppléments de 20 %. Frais d'adhésion : 46 €/an

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 du Quimétao, ou nous contacter au : 01 43 20 70 66

BULLETIN D'INSCRIPTION à retourner au : QUIMETAO

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 du Quimétao pour l'inscription.

date :

Signature :