

**INSTITUT DU QUIMETAO**

法国中华传统文化学院

# **TAIJIQUAN FORMATION PROFESSIONNELLE AVANCEE**

## ***Formation exceptionnelle 2020-2021***

Après de nombreuses années de pratique, beaucoup de nos élèves comprennent que l'apprentissage du Qi Gong et du Tai Ji est sans fin. Plus ils apprennent, plus ils sont intéressés, plus ils nourrissent l'espoir de maîtriser l'essence du Qigong et du Taiji, mais aussi, la fluidité et la profondeur de cet art.

Les étudiants ont ainsi demandé à n'étudier et approfondir qu'un seul enchaînement durant toute une année, en se concentrant sur chaque mouvement, et ainsi, progressivement comprendre l'essence de ces pratiques.

Afin de répondre aux attentes des élèves, nous avons spécialement lancé cette formation personnalisée et sélectionné un enchaînement de l'École Li de Taijiquan. Certes difficile à apprendre, mais que l'on peut maîtriser, à force de pratiques.

Pendant la formation, Dr Jian va détailler cet enchaînement, mouvement par mouvement, action par action, préciser les connexions internes et externes des mouvements, l'impact sur les organes internes, développer les fonctions pour l'amélioration de la circulation de l'énergie et du sang, les fonctions pour préserver et améliorer la santé, insister sur l'application martiale et les différents changements, la relation entre les mouvements et l'esprit, la pensée, la concentration et les visualisations, etc.

Nous espérons que grâce à cette formation, les élèves seront capables, au-delà de l'apprentissage seul de l'enchaînement, de pratiquer le Taijiquan dans sa compréhension globale et de sa connexion avec la philosophie chinoise et la MTC, et développer leurs propres compétences d'autocorrection.

Nous souhaitons qu'à l'issue de cette formation, les élèves soient capables, non seulement de maîtriser l'enchaînement, mais également d'utiliser cet art dans leur vie quotidienne, comprendre et trouver le vrai moi, l'appliquer en vue d'améliorer leur santé, développer les relations interpersonnelles, leurs activités professionnelles et, enfin, d'atteindre l'harmonie avec eux-mêmes, avec les autres, avec les objets, et finalement atteindre l'état d'harmonie entre l'homme et le Ciel.

Les élèves qui souhaitent participer à cette formation, doivent répondre aux exigences suivantes:

1. Aimer sincèrement les pratiques de Taijiquan, de Qi gong et de HeDao, nourrir l'ambition de maîtriser cet art et d'être déterminé à le poursuivre et l'inscrire dans sa vie quotidienne. Et parallèlement de promouvoir et développer ces arts.

# INSTITUT DU QUIMETAO

## 法国中华传统文化学院

2. Respecter les Sages Taoïstes, les ancêtres qui ont su transmettre au cours des siècles ces pratiques, les enseignants actuels, et ainsi, chérir la ligne du Dao.

3. Avoir étudié au Quimetao pendant au moins 2 ans sur le Taijiquan, HeDao ou le Qigong.

QUIMETAO se réserve la décision d'admission finale des élèves, à cette formation spécifique, en fonction de leur parcours dans ces disciplines et la qualité de leur pratique.

### PROGRAMME

1. Un enchaînement de l'École Li de Taijiquan.
2. La philosophie du Taijiquan.
3. L'explication détaillée de l'enchaînement.
4. Les fonctions médicales et martiales, mouvement par mouvement.
5. L'application des huit points fondamentaux dans chaque mouvement.
6. La pensée, la visualisation et la concentration dans les mouvements de l'enchaînement.
7. Fusionner avec le Ciel à travers les mouvements de Taijiquan.

### Dates et horaires :

**Les 29, 30, 31 janvier 2021 ; Les 26, 27, 28 mars 2021 ; Les 21, 22, 23 mai 2021 ; Les 23, 24, 25 juillet 2021 ; les 1, 2, 3 octobre 2021.**

de 9h30 à 12h30 et 14h à 17h.

**Lieu :** 57, avenue du Maine 75014 Paris, Métro Gaîté.

**Prix :** Coût des séminaires : 2100 €/an (réglés au premier séminaire de l'année scolaire)  
Ou bien 685 €/séminaire.

Adhésion à l'association Quimétao : 37 €

Sociétés ou organismes de formation : 3450 €/an (réglés au premier séminaire de l'année scolaire).

Un versement de 400 € d'acompte sera demandé à l'inscription.

**Attention : les Places sont limitées.**

**Renseignements : 01 43 20 70 66**

---

### BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner à : Institut du Quimetao 57, avenue du Maine 75014 Paris

NOM : .....Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal:.....Ville : .....

Tél : ..... E-mail (en majuscule) : .....

Je désire suivre les cours et joins un chèque de 400 € d'acompte (non remboursable), à l'ordre de l'Institut du Quimetao pour ce stage.

Date :

Signature :