INSTITUT DU QUIMETAO
法国中华传统文化学院

LE DAO DE L'HARMONIE

Cours hebdomadaires 2023-2024

Les arts énergétiques comme le Qi Gong, le Tai Ji Quan, le Xing Yi Quan, le Ba Gua Zhang, le Da Cheng Quan et même les arts martiaux externes comme le Gong Fu Wu Shu, ont tous des éléments en commun bien que leurs formes soient différentes. C'est comme si l'on voulait comparer des constructions de type roman et gothique ; leur aspect est assez différent mais leurs matières premières sont identiques : bois, pierre, brique, ciment, acier … À la base des différentes pratiques qui nous concernent, on retrouve toujours les trois éléments suivants : le corps, l'esprit et la respiration.

Toutes les parties du corps doivent être souples et doivent bouger ensemble, harmonieusement et toujours mues par le Dantian. La force physique n'est pas nécessaire, la puissance de la pensée, accompagnée d'une respiration calme et régulière, suffit.

Or, nous sommes habitués à bouger d'une manière grossière, effectuant des mouvements qui vont à l'encontre les principes des arts énergétiques, sans que nous en soyons conscients. Si on veut conserver notre énergie, améliorer notre santé et prolonger notre vie, nous devons changer notre manière de penser et notre façon d'utiliser notre corps, même pour la pratique des arts martiaux.

Le Dao de l'Harmonie est la clef qui donne l'accès aux arts énergétiques et aux arts martiaux. Il met l'accent sur les « matières premières » qui sont : coordonner les différentes parties de notre organisme, synchroniser l'esprit avec le corps et la respiration. Ce qui nous permet ensuite de nous harmoniser avec la société et avec la Nature. En un mot, c'est une philosophie palpable. Il s'agit là d'un programme entièrement nouveau, s'adressant à tous, débutant ou avancés.

L'Institut du Quimetao vous propose des cours hebdomadaires du Dao de l'Harmonie, dirigés par son créateur, Maître JIAN Liujun, 8eme Dan en Wushu, fondateur de l'Institut du Quimetao, diplômé de l'Université de Médecine Traditionnelle Chinoise de Guangzhou.

DÉROULEMENT DU COURS

Les cours se déroulent en petits groupes. Des techniques différentes seront enseignées selon le niveau des participants.

DATES ET HORAIRES

Les cours se déroulent du 4 septembre 2023 au 23 juin 2024.

Institut du Quimetao 57, avenue du Maine 75014 Paris Tél. 01 43 20 70 66
Courriel : quimetao@gmail.com - site : www.quimetao.fr

Tous les **lundis**, 19h15-20h45 (sauf les 23, 30 oct., 25 déc. 2023, 1 janv., 12, 19 fév. 1er, 8, 15 avril, 20 mai 2024).

(Cours particuliers et Formation Continue assurés)

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

TARIFS :

1 séance/semaine : 550 €/an
2 séances/semaine : 900 €/an
3 séances/semaine : 1200 €/an
4 séances/semaine : 1450 €/an
L'adhésion à l'association Quimétao est de 37 €.

- Ces tarifs concernent les adhérents. Pour les non adhérents, supplément 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 Dao & Harmonie, ou nous contacter au :

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 50 € d'acompte (non remboursable), à l'ordre de « Dao & Harmonie ».

Date : Signature :

Cours-HD 23-24