



Agnès Brouillaud Delattre:

Diplômé d'Etat, elle enseigne le Tai Chi Chuan et le Qi Gong dans la région de Toulouse. Elle est praticienne en Médecine Traditionnelle Chinoise, diplômée en Psychologie énergétique et Psychologie Chinoise.



Michel Jacquemin :

Diplômé d'Etat, il enseigne le Tai Chi Chuan et le Qi Gong dans la Région de Fillols. Il est praticien en Chi Nei Tsang (massage des organes internes).



Pascal Pradoux :

Diplômé d'Etat et Praticien en Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), il enseigne le Tai Chi Chuan et le Qi Gong dans la région de Narbonne. Il sera assisté de Sandra Torres

Sandra Torres :

Enseigne le Tai chi Chuan et le Qi Gong et étudie la MTC.



Anne Egron :

Diplômée de la FFwushu pour Le Tai Ji Quan, et de la Fédération Européenne de Qi gong, elle enseigne ces disciplines à Montauban. Elle étudie aussi la MTC.



Arnaud Mattlinger :

Diplômé d'Etat, formateur de Wutao, il enseigne le Tai Chi Chuan (Chen et Yang) en région parisienne. Par ailleurs il est dessinateur et calligraphe de mouvement.

Informations pratiques

Exemples de Proposition d'hébergements (à tous les prix) (liste non exhaustive) :

- MJC Narbonne (15 mn) : 16 à 26 €/nuît + pdj (04 68 32 01 00)
- Camping Ensoya à Sigean (8 mn) (mobil home, tente) (0825 00 53 28)
- Gite 6 pers à Portel des Corbières (3 épis) (08 99 23 13 52)
- Gite « Domaine de la Pierre Chaude » à Portel des Corbières

Stage

(Hors hébergement)

- Inscription avant le 15 Avril : 110 € (tarif couple : 180 €)
- Inscription après le 15 Avril : 120 € (tarif couple : 200 €)

(2 journées : 80 € - 1 journée : 50 € - 1/2 journée : 30 € - Le cours : 10 €)

Autour du stage

- Possibilité de visiter Terra Vinea, un Son et Lumière sous terre à Portel le lundi après-midi (6,50 € la visite) + Repas du dimanche midi à Terra Vinea (en supplément)
- Possibilité de vivre un Chi Nei Tsang individuel avec Michel (RV auprès de Michel lors du stage - 40 € le soin)

Renseignements et réservation (obligatoire):

Agnès Brouillaud Delattre 06 83 45 27 41

a.brouillaudelattre@free.fr

<http://taichi.weiji.free.fr>

INSCRIPTION AUPRES D'AGNES BROUILLAUD DELATTRE DE PREFERENCE AVANT LE 15 AVRIL

Agnès Brouillaud Delattre 06 83 45 27 41

a.brouillaudelattre@free.fr

Versement des Arrhes :

- 50% à l'inscription, non remboursables après le 15 Mai 2011 (sauf avis médical)
- A envoyer à Agnès Delattre, 4 rue Léon Blum 31320 Castanet tolosan

L'association Arborescence accueille à Portel des Corbières

8^{ème} Stage

Nature et printemps

**Tai Chi Chuan - Qi Gong
Relaxation**



**Portel des Corbières
Languedoc-Roussillon
(près de Narbonne)**

26, 27 et 28 Mai 2012

Samedi 26 Mai

9h30 : Accueil

10h15 – 11h : Qi Gong (Pascal Pradoux)

11h00 – 12h30: Tui Shou (A. Mattlinger)

Tai Chi style Chen - initiation (A. Egron)

Tai Chi Yang et martialité (P. Pradoux et Sandra Torres)

Qi Gong des 7 dragons (A. Delattre)

14h30 – 16h30 : De l'épée Wudang à l'éventail (A. Delattre / A. Mattlinger)

Bâton (P. Pradoux)

Qi Gong Harmonisation avec la nature (A. Egron)

17h00 – 17h45 : Etirements, Relaxation et Méditation (A. Delattre)

18h00 – 19h00 : Chi Nei Tsang (M. Jacquemin)

19h15 : Partage autour d'un pot de bienvenue

Dimanche 27 Mai:

9h15 – 10h00: Qi Gong (Anne Egron)

10h15 – 12h15: Tui Shou (A. Mattlinger)

Tai Chi style Chen - initiation (A. Egron)

Tai Chi Yang et martialité (P. Pradoux et Sandra Torres)

Qi Gong des 7 dragons (A. Delattre)

14h30 – 16h30 : De l'épée Wudang à l'éventail (A. Delattre / A. Mattlinger)

Bâton (P. Pradoux)

Qi Gong Harmonisation avec la nature (A. Egron)

17h00 – 17h30 : Cercle de Mouvement et Cœur (A. Delattre)

17h30 – 18h30 : Chi Nei Tsang (M. Jacquemin)

Lundi 28 Mai :

8h30 – 9h15 : Découverte du WuTao (Arnaud Mattlinger)

9h30 – 10h45 : Tui Shou (A. Mattlinger)

Tai Chi style Chen - initiation (A. Egron)

Tai Chi Yang et martialité (P. Pradoux et Sandra Torres)

Qi Gong des 7 dragons (A. Delattre)

11h00 – 12h15 : De l'épée Wudang à l'éventail (A. Delattre / A. Mattlinger)

Bâton (P. Pradoux)

Qi Gong Harmonisation avec la nature (A. Egron)

12h15 : Fin du Stage et proposition de repas et visite groupée à Terravinea

Informations complémentaires / Descriptions des ateliers:

Tui Shou : L'accent sera placé sur la mise en relation avec l'autre (et avec soi), la coordination et le développement de la sensation.

Tai Chi Yang : L'accent sera mis sur la martialité de la pratique, doux mélange de créativité, spontanéité, adaptation, anticipation, simplicité et de rythmicité.

Tai Chi Chen : Initiation à la pratique de la forme Chen Lao Jia.

Qi Gong des 7 dragons : Qi Gong destiné à concentrer la force vitale pour aborder un passage de vie ou de transformation difficile et préserver son potentiel d'énergie

De l'épée Wudang à l'éventail : Découverte de la forme Wudang d'épée et adaptation de la forme à l'éventail pour offrir un espace de créativité et de liberté autour de 2 armes, comme 2 outils de calligraphie dans l'espace (en soi et autour de soi).

Qi Gong Harmonisation avec la nature : s'attache au ressenti corporel par l'intermédiaire de mouvements simples en harmonie avec la nature et porté par la respiration ce qui contribue à l'oxygénation de l'ensemble du corps.

Wutao : Découverte de cet art basé sur la prise de conscience du mouvement ondulatoire primordial de la colonne vertébrale et la respiration consciente.

Chi Nei Tsang : Massage du ventre (et des organes internes).



Ouvert aux débutants et aux non pratiquants

En gras: Cours commun

Les armes sont fournies aux pratiquants non équipés.



Coupon réponse à renvoyer avec l'inscription :

Nom, Prénom :	Adresse :
	Tél :
	Email :
Choix de l'atelier du matin :	Prix du stage* :
Atelier de l'après midi :	Arrhes 50 % effectué :
	Date et signature :

* Chèque à l'ordre de Wei Ji

Coupon et chèque à renvoyer à Agnès Delattre, 4 rue Léon Blum 31 320 Castanet Tolosan