

**STAGE DE TAIJI QUAN, ART MARTIAL INTERNE  
LA CROISEE DES CHEMINS  
AVEC LES AUTRES ARTS MARTIAUX**

Alain CAUDINE, 8<sup>ème</sup> duan, assisté de Pascale GUILLEMET



Après plus de 50 ans de pratique d'arts martiaux\*, Alain CAUDINE a pour motivation de faire découvrir les qualités des arts internes. Intégrer, compléter et surtout prolonger toutes ces pratiques martiales avec une reconversion compatible possible ou trouver un prolongement avec leur parcours ancien.

\*aïkido, judo, karaté, yi quan, taiji quan style Yang, qi gong et nei gong et pendant plus de 30 ans taiji quan du style Chen

**PUBLIC : « porte-ouverte » à toutes disciplines martiales.**

- Pratiquants et enseignants des arts énergétiques et martiaux.
- Sportifs et athlètes, de tous niveaux, issus d'autres disciplines sportives qui souhaiteraient découvrir ou s'investir dans une nouvelle recherche, forme de continuum, pour enrichir leurs prestations passées.

**DEROULEMENT SUR LES 2 JOURNEES**

<b>SAMEDI 1<sup>ER</sup> OCTOBRE 2022</b>	
<p>Matin 9 h 30 – 12 h</p> <p><b>LE RELACHEMENT ET L'ENERGIE « PENG »</b></p>	<p>Associer les notions de détente et de relâchement ; s'approcher au plus près de l'énergie « peng », énergie de plénitude et d'écoute.</p>
<p>Après-midi 14 h 00 16 h 30</p> <p><b>TAILLE, RESPIRATION ET LENTEUR LES SPIRALES</b></p>	<p>Approfondir l'utilisation de la taille associée avec les systèmes de respirations. Appliquer ces nouveaux apprentissages en optimisant la lenteur et les spirales.</p>
<b>DIMANCHE 2 OCTOBRE 2022</b>	
<p>Matin 9 h 30 – 12 h</p> <p><b>LES 10 TYPES D'ENERGIE DU TAIJI QUAN ET LES 8 POTENTIELS</b></p>	<p>Commencer à chercher et à intégrer ces énergies par le travail progressif à deux.</p>
<p>Après-midi 14 h 00 16 h 30</p> <p><b>REPETITIONS D'EXERCICES ETUDIES PENDANT LE WEEK-END.</b></p>	<p>Lenteur et rapidité ne devant plus être un problème dans l'action. Chercher à mettre en œuvre l'énergie explosive « faijin » du taiji pour reconnaître le chemin de l'énergie.</p>



**A propos de :**


**Alain CAUDINE** est professeur Diplômé d'Etat de France et de Chine, 8ème duan, 1er disciple européen depuis 2003 du grand maître WANG Xi'an. Il est le fondateur et responsable pédagogique de l'IRAP\* depuis 2005 et référent au collège technique de la FFAEMC \*\* pour le style Chen.



**Pascale GUILLEMET** est disciple d'Alain CAUDINE, élève du grand maître WANG Xi'an et praticienne en médecine chinoise.

\* IRAP : Institut de Recherche des Arts martiaux du grand maître WANG Xi'an

\*\* FFAEMC : Fédération Française des Arts Energétiques et Martiaux Chinois

 Nouvelle-Aquitaine	<b>STAGE DE TAIJI QUAN, ART MARTIAL INTERNE LA CROISEE DES CHEMINS AVEC LES AUTRES ARTS MARTIAUX</b>
	<b>Les 1<sup>er</sup> et 2 octobre 2022 à Bruges (33520) Domaine du Grand Darnal - 54 Rue Louis Fleuranceau</b>
<b>Bulletin d'inscription à renvoyer à :</b> <b>Carole Lebouteiller - 34 rivièrè sud - 33210 Saint Pierre de Mons</b> <b>Pour le 15 septembre accompagné d'un chèque de 20 € ou 15 € (à l'ordre du CRNA FFAEMC) selon la formule choisie</b>	
Nom :	Prénom :
Mail :	@
Téléphone :	
Club/Association :	

**Je m'inscris :**

<input type="checkbox"/> pour le week end	20€
<input type="checkbox"/> pour le samedi	15€
<input type="checkbox"/> pour le dimanche	15€

**Si nous avons la possibilité de commander des repas pour le midi (10/12€), seriez-vous intéressé ?**

<input type="checkbox"/> samedi midi	<input type="checkbox"/> dimanche midi
--------------------------------------	--

**RENSEIGNEMENTS :**

**Carole Lebouteiller :**

[carole.lebouteiller@faemc-nouvelle-aquitaine.fr](mailto:carole.lebouteiller@faemc-nouvelle-aquitaine.fr) - 06 15 40 38 49

**Anne Marie Bâcle :**

[annemarie.bacle@faemc-nouvelle-aquitaine.fr](mailto:annemarie.bacle@faemc-nouvelle-aquitaine.fr) – 06 81 94 63 41

*Je autorise par la présente l'utilisation et la publication, à titre gratuit, de photographies ou vidéos sur lesquelles je figure, en vue de les mettre en ligne à la disposition de toute personne qui viendra se connecter sur les sites internet et réseaux sociaux suivants : faemc.fr, faemc-nouvelle-aquitaine.fr, facebook.com/faemc-nouvelle-aquitaine.fr*

*En m'inscrivant à cette manifestation, j'accepte que mes données fassent l'objet d'un traitement informatique destiné au bureau du Comité Régional Nouvelle Aquitaine FAEMC en vue de mettre à jour le listing des participants. Conformément au Règlement Général de Protection des Données entré en vigueur le 25 mai 2018, je bénéficie d'un droit d'accès et de rectification des informations me concernant en m'adressant au Comité Régional Nouvelle aquitaine.*