



ORLÉANS
Comité régional centre Val de Loire

RENCONTRES TUISHOU INTERSTYLES

Du 26 au 27 avril 2025 à Orléans



PROGRAMME

Espace Olympe de Gouges
3 rue Edouard Branly
45100 Orléans

RENCONTRES TUISHOU INTERSTYLES 2025

Evènement national porté par le Comité Régional Centre Val de Loire.

Ouvert à tous les pratiquants des Arts Energétiques et Martiaux Chinois du Qi Gong au Wushu



Le printemps, c'est deux mains !

Voici programmé un des Rendez-Vous annuels nationaux privilégiés pour tous les pratiquants de Taichi Chuan mais aussi de tous les arts Énergétiques et Martiaux Chinois qui souhaitent découvrir, élargir ou approfondir leur pratique des jeux de mains du Tuishou*.

Un évènement FFAEMC convivial inter-styles pour une grande rencontre entre les écoles et les pratiques réunies dans le respect et la mise en valeur de leur diversité.

Vous seront proposés des temps de pratiques partagées, des ateliers (une conférence) sur de diverses thématiques, animés par 12 experts de 12 écoles différentes.

Des ateliers handicap seront ouverts à tous. Voir programme.

Pour cet évènement national FFAEMC, le Comité Régional Centre-Val de Loire vous accueille à l'espace Olympe de Gouges* d'Orléans la Source. Un lieu particulièrement bien choisi pour mettre en valeur la féminisation de l'encadrement des pratiques ! C'est une des lignes suivies pour la programmation.

L'organisation pratique met par ailleurs l'accent sur des choix "bas-carbone" pour la protection de l'environnement. Une attention sur la qualité recherchée au cœur de nos actions FFAEMC !

Retenez les dates et pouvez d'ores et déjà réserver vos places.

Les inscriptions sont ouvertes !

Liliane Lapomme, présidente de la FFAEMC.

*Olympe de Gouge publia en 1791 la déclaration des droits de la femme et de la citoyenne.

* Tuishou : « Poussée des mains » est une traduction littérale de tuishou 推手 en chinois.



INFORMATIONS PRATIQUES

DATES ET HEURES :

Samedi 26 avril 2025 de 10h à 19h

Dimanche 27 avril 2025 de 09h30 à 16h30

ORGANISATION DE COVOITURAGE

<https://www.covievent.org/> (lien cliquable)

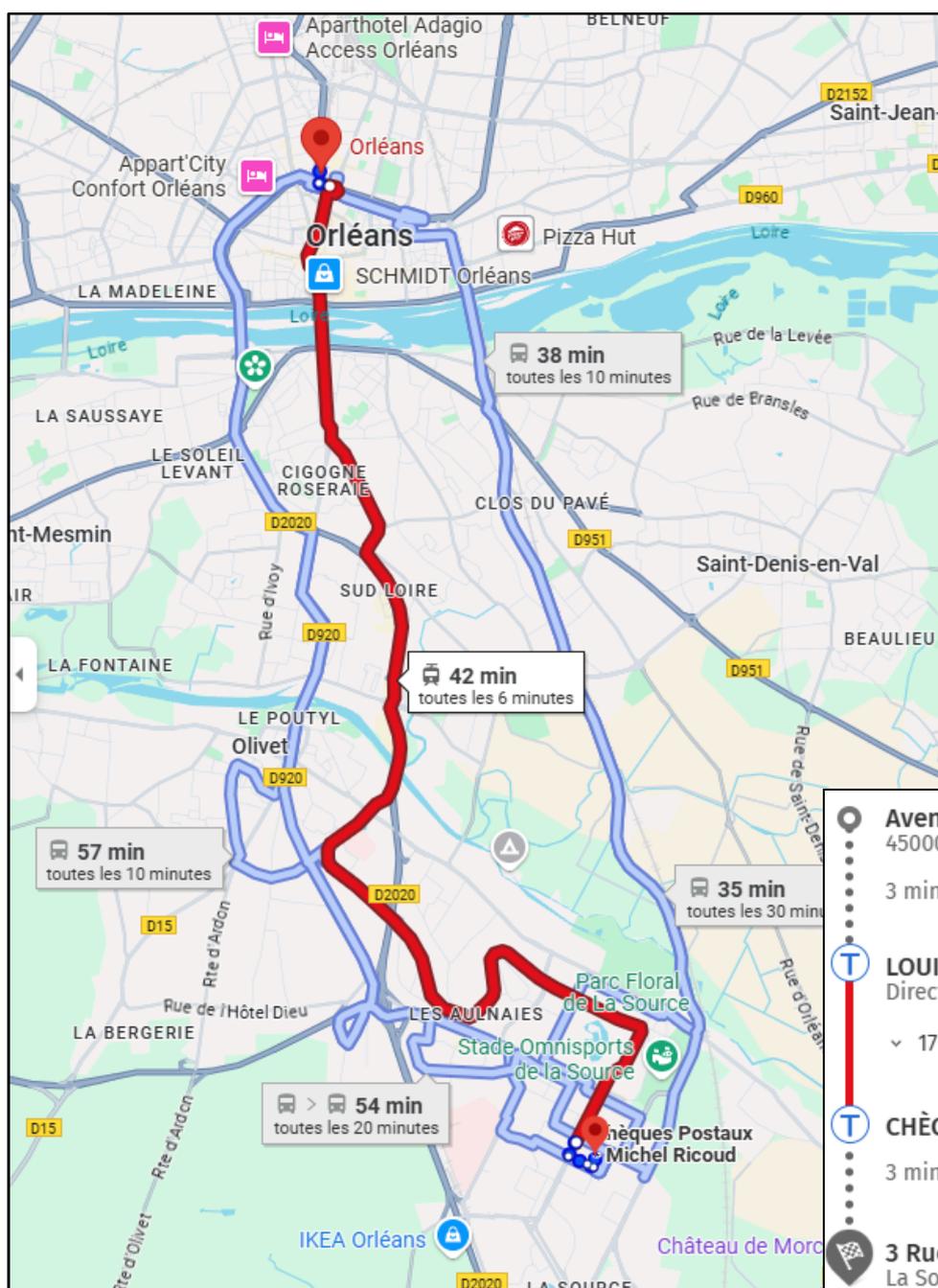
LIEU : Espace Olympe de Gougès

3 rue Edouard Branly

45100 Orléans

POUR Y ACCÉDER:

(lien cliquable) [itinéraire map](#)



TRAM A

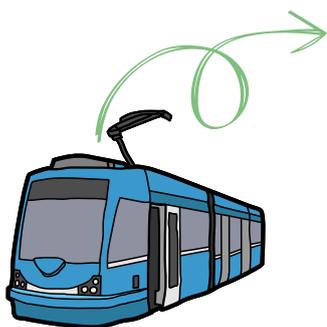
- Avenue de Paris**
45000 Orléans
3 min à pied (200 m)
- LOUIS BRAILLE**
Direction Hôpital de la Source
17 stations (35 min)
- CHÈQUES POSTAUX - MICHEL RICOU**
3 min à pied (230 m)
- 3 Rue Édouard Branly**
La Source

HEBERGEMENT

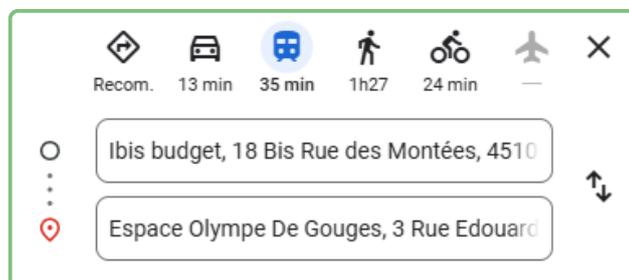
L'hôtel ibis budget Orleans Sud Co'Met est le plus proche. Vous pouvez y réserver votre chambre en ligne.

Adresse :
18 bis rue des Montées ORLEANS SUD
CO'MET, 45100 ORLEANS SUD

Site web réservation : (lien cliquable)
<https://all.accor.com/hotel/5600/index.fr.shtml#section-rooms>



L'hôtel se trouve à 13
minutes en voiture et
35 minutes en tram de
l'Espace Olympe de
Gouges
(lieu de l'événement)



INSCRIPTIONS

Lors de l'inscription, nous demanderons une info sur les covoiturages éventuels 😊

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Inscriptions sur: <https://www.helloasso.com/associations/federation-des-arts-energetiques-et-martiaux-chinois/evenements/rencontres-tuishou-interstyles-2024>

Plus d'infos sur le site de la FFAEMC : www.ffaemc.fr

TARIFS ET REPAS

Tarifs Ateliers		
Duree	Licenciés FFAEMC	Non licenciés
Weekend complet	20€	60€
Samedi	15 €	40€
Dimanche	15€	40€

Repas convivial le samedi soir à 20h :

Rendez-vous au chalet du steak (buffet chinois)
42 Rue Anthelme Brillat Savarin, 45100 Orléans

PROGRAMME

SAMEDI 26 AVRIL

10h00 : Accueil des participants, émargement, accueil café

10h30 : Ouverture officielle, mot de la présidente, présentation des ateliers par les intervenants

DÉBUT DES ATELIERS

11h - 12h15	Roliball	Proprio-ception pour le tuishou	Tuishou spontané - Agir dans l'instant	Qualité du contact et écoute en tuishou	Sishou : échange à 4 mains	Douceur et puissance du tuishou	-
	Françoise Chapelle	James Brulet	Marie-Paule Calède	Patrick Raffin	Marianne Plouvier	Gudrun Kapferer	

PAUSE REPAS

FOOD TRUCK OU PIQUE-NIQUE

14h - 15h15	La puissance dans le relâchement	Les mains souples du Bagua Zhang	Les potentiels dans le tuishou	Tui shou de compétition ludique	Dalu circulaire	Chi Sao : jeu de mains du Wing Chun	Handicap : pratiquer avec une déficience auditive
	Dominique Robin	Consiglia Ciaburri	Christian Bernapel	Anne Guillaud	Eric Conte	Florent ropion	Véronique Boulanger

PAUSE CONVIVIALE

15h30 - 16h30	Pratique libre/dirigée collective, rotations/10mn						
-----------------------------------	---	--	--	--	--	--	--

16h45 - 18h	Roliball	Tuishou & Shuai Jiao	Tuishou spontané - Agir dans l'instant	La transformation, base du tuishou	Dalu : le "grand tiré" Un tuishou avancé	Douceur et puissance du tuishou	-
	Françoise Chapelle	James Brulet	Marie-Paule Calède	Patrick Raffin	Marianne Plouvier	Gudrun Kapferer	

PAUSE CONVIVIALE

18h15 - 19h	Conférence : Tchouang Tseu et le tuishou par Christian BERNAPEL Temps d'échanges						
---------------------------------	---	--	--	--	--	--	--

20h00 : repas en commun proposé (restaurant chinois buffet à volonté sur Orléans)

PROGRAMME

DIMANCHE 27 AVRIL

09h00 : Accueil des participants, émargement, accueil café

09h20 : Présentation des ateliers par les intervenants

DÉBUT DES ATELIERS

9h30 - 10h45	Roliball	Les mains souples du Bagua Zhang	Les potentiels dans le tuishou	Tuishou de compétition ludique	Dalu circulaire	Chi Sao : jeu de mains du Wing Chun	Handicap : pratiquer avec une déficience auditive
	Françoise Chapelle	Consiglia Ciaburri	Christian Bernapel	Anne Guillaud	Eric Conte	Florent ropion	Véronique Boulanger

PAUSE CONVIVIALE

11h00 - 12h15	La puissance dans le relâchement	Proprioception pour le tuishou	Tuishou spontané - Agir dans l'instant	Qualité du contact et écoute en tuishou	Sishou : échange à 4 mains	Douceur et puissance du tuishou	-
	Dominique Robin	James Brulet	Marie-Paule Calède	Patrick Raffin	Marianne Plouvrier	Gudrun Kapferer	

PAUSE REPAS

FOOD TRUCK OU PIQUE-NIQUE

13h45 14h00	Démonstrations de travail avec partenaire, par des associations locales						
	La puissance dans le relâchement	Les mains souples du Bagua Zhang	Les potentiels dans le tuishou	Tuishou de compétition & arbitrage	Dalu circulaire	Chi Sao : jeu de mains du Wing Chun	Handicap : pratiquer avec une déficience auditive
14h00 - 15h00	Dominique Robin	Consiglia Ciaburri	Christian Bernapel	Raffin/Brulet/Guillaud	Eric Conte	Florent ropion	Véronique Boulanger

PAUSE CONVIVIALE

15h15 - 16h15	Pratique libre/dirigée collective, rotations/10mn			La transformation, base du tuishou	Dalu : le "grand tiré", un tuishou avancé	Tuishou & Shuai Jiao	
				Patrick Raffin	Marianne Plouvrier	James Brulet	
16h15 16h30	Mouvements tous ensemble - Harmonisation						

16h30 : collation et clôture des rencontres à 17h

CHRISTIAN BERNAPEL

Christian Bernapel a été initié aux arts martiaux Japonais (Karaté Wado Ryu) par MM. Roland Habersetzer et Hiroo Mochizuki. Il a pratiqué et enseigné ces disciplines entre 1965 et 1983 au Centre de Recherche Budo créé par R. Habersetzer.

Depuis 1981, il a bénéficié de l'enseignement traditionnel de Taichi chuan et de Neigong de Maître Wang Yen-nien et de Li Zheng-yi (Charles Li).

Il enseigne le Taichi chuan et les pratiques internes taoïstes (Nei gong) à l'Institut de Pratique des Arts Chinois Traditionnels (INPACT) qu'il a créé à Strasbourg en 1983, ainsi qu'à l'Université Populaire Européenne de Strasbourg.

Il dispense des stages, ateliers et séminaires en France et à l'étranger sur les thèmes du taichi chuan, du nei gong, du souffle et du geste ainsi que sur les arts de l'éventail et de l'épée. Il développe en collaboration avec des musiciens, comédiens et danseurs une approche du souffle conciliant les arts internes, le geste et la voix. Il intervient au Conservatoire National de Musique et de la Danse de Strasbourg. Il est l'auteur de l'ouvrage «Taiji quan: les huit portes et les treize postures» aux éditions Encre et contributeur à de nombreuses revues francophones et internationales traitant du taichi chuan et des arts énergétiques.

Il est membre fondateur de la Fédération des Arts Énergétiques et Martiaux Chinois, créée en 1989 (alors Fédération des Taichi chuan Traditionnels). Il y a tenu de nombreuses fonctions, dont la présidence, de 2014 à 2021. Il fait partie du Collège Technique de la Fédération depuis sa création et est membre fondateur du Collège International des Enseignants et de l'Amicale Européenne du Yangjia Michuan Taiji quan depuis leur création en 1989.

Les interventions proposées

Atelier **“Les potentiels dans le tuishou”** :

- samedi 26 avril à 14h
- dimanche 27 avril à 14h

Conférence **“Tchouang Tseu et le tui shou”** :

- samedi 26 avril à 18h15



JAMES BRULET



James Brulet débute la pratique des arts martiaux avec le Choy Lee Fut Kung Fu à partir de 1979 puis découvre le Taiji Quan de style Yang en 1980 avec le professeur James Kou. Il s'engage dès 1981 dans le Taiji Quan de style Li, le Tao Yin Chi Gong et Kai Men Nei Gong avec Maître C CHEE SOO. James commencera également avec lui la pratique du Feng Shou Kung Fu en 1982. Il a suivi l'enseignement de Maître YUAN ZUMOU en Shuai Jiao entre 1998 et 2008 et continue de se former auprès de Me Tony SWANSON, directeur technique T.A.O

James, titulaire du BP AMCI , du 6^o Duan représente le style Li au sein du Collège Technique AMCI de la FFAEMC, il participe aux jurys des diplômes bénévoles et professionnels.

Il enseigne actuellement le Tai Ji Quan et des éléments du Feng Shou dans l'association Ligueil Tai Chi et AMCI.

James a participé à plusieurs championnats en Tui Shou, Shuai Jiao, et Tai Chi Tao Lu en France et Grande-Bretagne.

Les ateliers proposés :

Atelier "Découverte Proprioception, sensibilité et Tui Shou."

- Samedi 26 avril à 11h
- Dimanche 27 avril à 11h

L'objectif principal est de devenir conscient que la proprioception et la sensibilité sont des qualités de toucher qui permettent au pratiquant d'anticiper, de sentir les déplacements du partenaire et de l'adversaire par le simple fait d'être en contact. Nous travaillerons donc à partir d'exercices très simples adaptables à toutes les techniques. Nous chercherons à accroître la perception, consciente ou non, de la position des différentes parties du corps dans l'espace.

Atelier "Apports du shuai jiao (lutte chinoise) en tui shou"

- Samedi 26 avril à 16h45
- Dimanche 27 avril à 15h15

Les techniques de base du Shuai Jiao (Lutte traditionnelle chinoise) consistent à :

- Déséquilibrer l'adversaire avant de le projeter,
- Rester soi-même en équilibre,
- Saisir en haut et balayer en bas,
- Utiliser la force de l'adversaire,
- Effectuer des déplacements et des mouvements circulaires.

Dans le travail proposé , ni chute, ni projection, juste une initiation.

MARIE-PAULE CALLEDE

J'ai découvert le Tai ji quan, et peu après le Qi gong, il y a 25 ans. Ces deux disciplines sont pour moi complémentaires, s'enrichissent l'une l'autre. Des incursions dans certains arts martiaux externes (judo/ju jitsu/karaté) m'ont permis d'apporter d'autres éclairages à ma pratique.

Formée initialement au sein de l'école d'Arts Martiaux Chinois Paris Jing wu Hui, dirigée par Me YUAN Hong Hai, j'ai poursuivi mon chemin et eu la chance de travailler avec Me Faye LI YIP ainsi que Me ZHANG Guang De, créateur de l'école Dao Yin Yang Sheng Gong.



L'enseignement du Tai ji quan s'est imposé comme une évidence (étant déjà, par ailleurs, enseignante de métier). Le plaisir de partager, de transmettre, d'échanger est aussi une façon d'évoluer et de progresser dans ces disciplines où les découvertes sont permanentes.

La participation à de nombreuses compétitions m'a également permis d'explorer d'autres pistes, en travaillant en groupe (jiti) ou en duo (duilian).

Pour moi, le Tui shou est incontournable ! Le travail à deux est fondamental pour notre pratique, il donne un sens et du volume à nos techniques ...

Les ateliers proposés :

Tuishou spontané - Agir dans l'instant

- samedi 26 avril 11h
- samedi 26 avril 16h45
- dimanche 27 avril 11h

Description de l'atelier :

« Ici-maintenant, ni avant, ni après » ou comment éviter l'automatisme induit par le codifié et l'excès de réflexion pour accéder à un Tui shou (plus) spontané. Le but des différents exercices sera de travailler sur la prise de contact, de bien identifier les rôles, d'aller vers la souplesse et l'absorption naturelle. Le défi : relâcher le corps tout en conservant une présence, mettre l'esprit en veille tout en restant vigilant.

FRANÇOISE CHAPELLE



Je pratique le roliball (raquettes chinoises) mais également le taichi chuan depuis de nombreuses années.

J'ai découvert ce sport, qui est également une pratique associée à la FFAEMC, en 2021. Passionnée, je me forme auprès de la FRF (Fédération Roliball France) et j'ai ouvert un club à Limoges, lequel propose des cours et des stages. Motivée par le développement de cette discipline, je suis très investie auprès de la FFAEMC (CT-PA) et de la FRF.

Monitrice diplômée, 3ème Duan de taichi chuan et 2ème Degré de roliball de la FFAEMC, je suis également titulaire du 2ème Duan de la FRF.

Présentation du Roliball :

Le roliball, RóuLìQíú en pinyin, signifie "la balle souple et forte".

Créé au début des années 1990 par le professeur Bai Rong, ancien volleyeur spécialisé dans la rééducation du geste sportif après trauma, le roliball est un jeu de raquettes sans frappes qui se caractérise par une gestuelle souple et spiralée. Il y a différentes façons de le pratiquer, allant des formes inspirées du taichi jusqu'à la compétition au filet.

Joué avec une raquette à membrane souple et une balle lestée, le roliball permet des échanges tout à la fois ludiques et techniques. En appliquant le principe Yin-Yang : vide-plein, souplesse-force, absorption-transformation mais également fluidité et circularité, les partenaires rivalisent d'adresse pour garder la balle « vivante ».

A l'exemple des tui shou, ces échanges libres peuvent être comparés à une application non martiale des principes du taichi.

Les ateliers proposés :

"Jeu à deux en Roliball"

- Samedi 26 avril à 11h
- Samedi 26 avril à 16h45
- Dimanche 27 avril à 9h30

CONSIGLIA CIABURRI

Diplômée CQP AMCI et enseignante d'Arts Martiaux Chinois depuis bientôt 20 ans. Conférencière et formatrice également dans le domaine des AMCI.

Auteure du guide pratique les « secrets du Bagua Zhang », j'ai également le plaisir de rédiger des articles pour le magazine Taichi Chuan.

J'ai participé à de nombreuses compétitions nationales et internationales au cours des 8 dernières années et ai remporté plusieurs titres.

J'anime régulièrement des ateliers de pratique et de découverte de divers arts martiaux chinois : taichi chuan, éventail, duan bing et surtout Bagua Zhang. En 2019, j'ai encadré plusieurs ateliers de Bagua Zhang lors de l'Université d'été de Biarritz.

Les ateliers proposés :

“Mains souples du bagua zhang”

samedi 26 avril 14h

dimanche 27 avril à 9h30

dimanche 27 avril à 14h

A partir des paumes de base du style Cheng en Bagua Zhang :
« Mains souples » / Dispersion des mains, à pas fixes et en déplacement

Nous allons dans un premier temps découvrir les 8 paumes de base du style Cheng,
Puis les déplacements spécifiques du Bagua zhang,

Et enfin l'application de ces techniques dans le cadre d'un travail à deux, à l'instar du Tuishou.

À travers divers ateliers mêlant :

- un travail individuel,
- une pratique en duilian,
- des exercices en groupe.

Cette découverte est proposée sur une progression sur les deux sessions du samedi et du dimanche.



ERIC CONTE



Après une enfance campagnarde à grimper dans les arbres, j'ai pratiqué divers sports puis découvert les arts martiaux (mais surtout Aïkido) et le yoga dès 1971 à l'université. La rencontre avec le Tai ji quan en 1982 puis avec Jean Gortais (de 1984 à aujourd'hui) m'a permis de réunir tous ces aspects dans la pratique du style Yang transmis par Li Guang hua

Diverses rencontres furent de riches enseignements pour l'exploration du Tai ji quan et du Qi Gong: Wong Tun Ken, Bi Zheng Quin, l'école des Temps du Corps avec Me Zhang guang De et Hu Xiao fei, les pratiques de Wudang avec Yuan Limin,.

Formé en sophrologie, PNL, et diverses approches Corps-Esprit dans l'esprit de K G Durchkeim. Enfin depuis 2011 Liu Deming, maître 5ème génération de l'Ecole taoïste d'arts martiaux Ziranmen m'a permis d'approfondir la « philosophie du mouvement ». Aujourd'hui enseignant disciple du Ziran qi gong j'ai plaisir à animer et co-animer des stages Mouvement, Energie et Méditation.

Adhérent de la FFAEMC depuis 1991, 7ème duan Tai ji quan , titulaire DEJEPS QI GONG depuis 2009, j'ai toujours plaisir à proposer une pratique dont le sens est d'explorer la profondeur de l'humain avec le support du jeu martial et énergétique.

Les ateliers proposés :

“Dalu circulaire”

- samedi 26 avril à 14h
- dimanche 27 avril à 9h30
- dimanche 27 avril à 14h

Cet exercice est excellent éducatif pour dérouler un mouvement continu avec partenaire.

ANNE GUILLAUD

Anne rencontre les arts martiaux chinois en 1987 avec le kung fu Choy Lee Fut, elle pratique pendant 4 an puis se tourne vers le tai chi : James Bulet et le style Li. Retourne encore 4 ans au Choy Lee Fut puis, suite à des problèmes de genou, intègre définitivement le tai chi en 2002. Elle décide d'approfondir ses connaissances pour passer le certificat de moniteur en 2013, entre-temps elle suit la formation du tronc commun d'éducateur sportif et passe aussi le diplôme d'entraîneur 1er degré en athlétisme pour encadrer les enfants.



Actuellement, depuis 15 ans, elle enseigne le tai chi au Centre social Plurie(les) à Tours et continu de se former avec James Bulet et Me Tony Swanson et pratique le jeet kune do, self défense au JKD Tours

J'ai toujours aimé les tui shous et lorsque Me Tony Swanson m'a demandé de concourir en compétition en tai chi, j'ai accepté en tui shou. C'était pour Europa 2012 où j'ai remporté la médaille d'argent, puis l'or en 2013 et l'argent en 2016, pour les championnats de France.

Les ateliers proposés :

“Le tui shou de compétition comme un jeu”

- samedi 26 avril à 14h
- dimanche 27 avril à 9h30

Mises en situations ludiques. L'arbitrage et les différents types de compétitions avec James BRULET et Patrick Raffin.

Je considère les tui shous de compétition comme un jeu et c'est comme cela que je l'ai développé dans mes cours. Néanmoins j'essaie d'insister sur le relâché et les techniques différentes pour pratiquer en toute sécurité.

Cet atelier est particulièrement destiné aux femmes mais pas seulement.

GUDRUN KAPFERER



A débuté la pratique du Taichi chuan avec Jean Gortais (style Yang école Li guang hua) en 1982 à Todtmoos Rütte où elle a étudié au quotidien durant plusieurs années la méditation avec Karlfried Graf Durckheim.

Enseignante professionnelle en Forêt Noire durant de nombreuses années, elle pratique et enseigne depuis une quinzaine d'année le Taichi chuan de l'école Ma tsun kouen (Me Fernando Chedel).

Psychanaliste jungienne à Lorrach (Allemagne), elle est aussi enseignante de la méditation « Art of living ».

Les ateliers proposés :

“Douceur et Puissance dans le Tuishou”

- samedi 26 avril à 11h
- samedi 26 avril à 16h45
- dimanche 27 avril à 11h

Spécialement destiné aux femmes qui pratiquent le Taichi Chuan sans oser « entrer dans » le Tuishou, cet atelier est également ouvert aux hommes.

Programme :

- 1) Adopter et maintenir une posture stable
- 2) Garder l'esprit ouvert et réceptif
- 3) Sentir la puissance du Centre (Tan tien ou Hara)
- 4) Manifester une intention claire.

MARIANNE PLOUVIER

Marianne Plouvier, 8ème génération de l'École Yangjialaojia, 30 ans de pratique et d'enseignement des Arts Martiaux de Taiji du style Ancien de l'École Yang.

A publié : « Le taichichuan », éditions PUF ; « Nouvelle Lecture du Taiji Sabre », éditions You Feng ; « Nouvelle Lecture du Taiji Épée », éditions You Feng ; « Nouvelle Lecture du Taiji Éventail », éditions You Feng.



Les ateliers proposés :

Ces ateliers s'adressent à un public connaissant déjà les bases du tuishou et souhaitant en aborder des aspects plus techniques, surtout pour l'atelier de DALU.

ATELIER DE SISHOU – 1h15

- samedi 26 avril à 11h :
- dimanche 27 avril à 11h

Sishou est un Tuishou « à quatre mains ». Il fait partie des Tuishou classiques, avec Tanshou (Tuishou avec extension des bras), Dalu (Tuishou en déplacement ou « grand tiré ») et Sanshou (Tuishou avec « dispersion des mains », codifié ou libre).

Pratiquer Sishou permet de s'exercer avec partenaire à l'expression des 4 premières énergies potentielles, expansive (peng), attractive (lu), propulsive (ji) et impulsive (an), à l'œuvre dans le taijiquan.

- SISHOU à pas fixe, à droite et à gauche.
- SISHOU avec rétrécissement des pas, à droite et à gauche.

ATELIER DE DALU – 1h15

- samedi 26 avril à 16h45
- dimanche 27 avril à 15h15

Dalu ou « grand tiré » est une combinaison de quelques séquences de l'enchaînement du taijiquan avec de larges déplacements semi-circulaires.

Cette combinaison synchronisée permet d'exercer la coordination avec les mouvements du partenaire à travers l'expression et l'absorption des énergies potentielles, aussi bien que l'agilité dans les déplacements.

Cet atelier s'adresse à des pratiquants ayant déjà connaissance des principes du taijiquan et des Tuishou de base.

PATRICK RAFFIN



Scotché dès l'adolescence par les performances de Bruce Lee dans ses films, j'ai débuté par opportunité à 17 ans par le taekwondo, avant de pratiquer et enseigner longtemps le karate entre Franche-Comté, Bourgogne et Aquitaine, au fil de ma vie professionnelle.

J'ai également longtemps pratiqué, en parallèle, l'aïkido qui complétait idéalement ma recherche

de sens martial et de transmission traditionnelle, sans l'esprit de compétition sportive.

Cherchant toujours au-delà des techniques et de l'optimisation du mouvement, ce que recouvrait cette notion de Ki japonais, de Qi chinois, et après des rencontres, échanges, découvertes, je me suis inscrit au Taiji Quan, en Côte Basque. C'était bien là ce que je cherchais et c'est progressivement devenu ma pratique de prédilection.

Depuis 1993 je suis l'enseignement de style YANG, transmis par maître WANG Wei Guo. J'ai découvert une pratique du taichi vive, intense, physique, martiale, couplée à la recherche du lent, du souple, du plein, du doux. Paradoxes apparents.

Dans notre école, le travail avec partenaire est régulier et essentiel pour tester notre compréhension et notre progression d'abord technique, puis interne.

Les ateliers proposés :

1) Qualité du contact et écoute en tuishou

- samedi 26 avril à 11h
- dimanche 27 avril à 11h

Il y a diverses manières de coller, écouter et suivre. Cette qualité est un préalable essentiel à l'échange en tuishou.

2) La transformation, principe du tuishou

- samedi 26 avril à 16h45
- dimanche 27 avril à 15h30

Coller, écouter, accompagner sans résister, pour faire quoi ? (ou ne pas faire : non-agir...). HUA est la force (Jin) de transformation qui ouvre toutes possibilités.

DOMINIQUE ROBIN

Dominique Robin pratique et enseigne le Taiji Quan Wudang Practical transmis par Cheng Tin Hung à Hong Kong et diffusé en Europe par feu Dan Docherty, son sifu depuis 2000.

Compétitrice plusieurs fois médaillée en taolu au niveau national et européen, elle a enseigné à Paris et sa région pendant presque 20 ans puis s'est installée en Ille et Vilaine. Son approfondissement de l'interne l'a conduite à explorer d'autres disciplines telles que le Systema, le Yi Quan et bien sûr le Qigong qu'elle enseigne également.

Elle anime de nombreux stages en France notamment le Tuishou.



Les ateliers proposés :

“La puissance dans le relâchement”

- samedi 26 avril à 14h
- dimanche 27 avril à 11h
- dimanche 27 avril à 14h

Comment bouger de manière à la fois souple et stable, détendu(e) et solide ?
Comment 4 grammes peuvent ils déplacer 1000 kg ?

Je vous propose d'explorer ces questions à travers des exercices posturaux et d'écoute articulaire qui mèneront dans le Tuishou à « pousser sans pousser » et « recevoir c'est libérer ».

FLORENT ROPION



Hypnothérapeute et pratiquant d'Arts Martiaux depuis plus de 20 ans, Florent enseigne le Wing Chun et le Tai Chi Chuan au sein de son école l'École de Wing Chun Tourangelle à Tours ainsi qu'au sein du Saint-Martin-Arts-Martiaux à Saint-Martin-le-Beau. Passionné d'oralité et de transmission, il prend plaisir à faire pratiquer les disciplines qui le passionnent dans un cadre où chacun peut trouver ce qui est bon pour soi, son interaction aux autres et au monde.

Diplômes et Certificats : Certificat de Qualification Professionnelle Moniteur d'Arts Martiaux Chinois (2017 mention AMCX-Wing chun)

Qualifications Techniques : ATT2 de Wing Chun (2014), ATT2 de Tai Chi Chuan (2024)

Les ateliers proposés :

Chi Sao : l'Écoute des Mains dans le Wing Chun, travail sur les formes de mains

- samedi 26 avril à 14h
- dimanche 27 avril à 9h30
- dimanche 27 avril à 14h

Le Wing Chun est une discipline martiale moderne (17e Siècle) mettant en œuvre des principes corporels et géométriques simples dont la création est attribuée à une femme.

Le Chi Sao est le travail des mains collantes dans le Wing Chun. Dans cet atelier nous développerons les principes de sensibilité et d'écoute au toucher par l'approche des formes de mains permettant la tenue et la transformation des forces de manière localisée sur l'espace géométrique que l'on nomme le centre, garantissant ainsi la stabilité du pratiquant lors de sollicitations.

CONTACT

ILIAS RIHANI

RESPONSABLE DE PROJET ET DE
COMMUNICATION ÉVÈNEMENTIELS

01.40.26.73.98

EVENEMENTS@FAEMC.FR

CHLOÉ GOUFFÉ

ASSISTANTE COMMUNICATION ET EVENEMENTIEL

01.40.26.73.98

ASSISTANT-EVENEMENTIEL@FAEMC.FR