

LIEU DU SÉMINAIRE CREPS DE MONTPELLIER

2, avenue Charles Flahault
34090 Montpellier

TARIFS :

à régler par chèque ou espèces le jour de votre arrivée
140 €/ week-end (samedi et dimanche)
60 €/vendredi (journée de révisions de la forme)

BULLETIN D'INSCRIPTION

Participe au séminaire : 8-9-10 janvier 2016

NOM :
ADRESSE :
TÉL. :
PORTABLE :
E-MAIL :

Repas de midi sur place : 11.60 € / repas
OUI NON (barrer la mention inutile)

HORAIRES

vendredi : inscriptions de 9h30 à 10h , cours de 10h à 17h
Samedi : inscriptions de 9h30 à 10h , cours de 10h à 17h
dimanche : cours de de 9h30 à 15h30

à renvoyer par mail :
escobar.francoise@gmail.com

PLUS D'INFOS :

04 67 89 63 34 / 06 22 06 61 00
www.buqifrance.fr



(Xinjiang 1965)

Maître SHEN Zhengyu

Diplômé en médecine préventive de l'Université Chongli Medische dans le Xinjiang. Très jeune, il étudie le Taijiquan, le Taijiwuxigong et les arts énergétiques avec son père le Dr Shen Hongxun et le Taiji NanPai avec son grand-père maître Xia Zhixin. Fils et petits-fils d'une lignée spécialiste de la Force Vide et des Forces Taiji mises au service de la guérison du corps et de l'esprit par le mouvement spontané et le développement des 'forces spéciales', il aide les élèves à activer rapidement le dantian et à ouvrir les canaux d'énergie. Aujourd'hui, il continue à transmettre l'enseignement Buqi de son père.

ShenBUQI® International

Son but est de promouvoir la compréhension de la culture chinoise et d'établir un pont entre l'Orient et l'Occident, en particulier dans le domaine de la santé.

- 🌐 www.shenbuqi.com
- 🌐 www.buqifrance.fr
- ✉ zhengyu1965@gmail.com

A.T.C.C. 34

L'association organise et coordonne les formations Buqi, Taijiwuxigong, Qi-acuponcture, Taiji Quan
FACEBOOK: bit.ly/ATCC34

PLUS D'INFOS

- 🗨 04 67 89 63 34 / 06 22 06 61 00
- ✉ escobar.francoise@gmail.com

LE TAIJI NANPAI ET LES FORCES ÉNERGÉTIQUES DU TAIJI



8 - 9 -10 janvier 2016

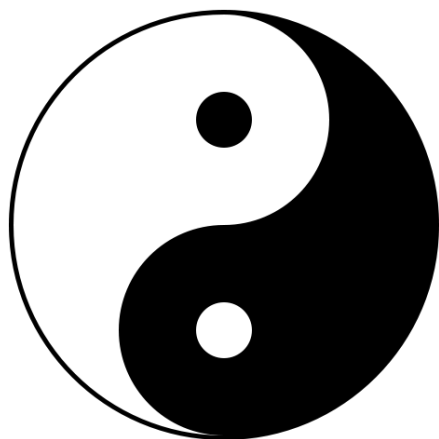
Séminaire avec
maître Shen Zhengyu

au CREPS de MONTPELLIER

organisation : ATCC34

LE TAIJI NANPAI ET LES FORCES ÉNERGÉTIQUES DU TAIJI

Le Taiji Nanpai, taijiquan du sud de la Chine est une forme qui englobe aussi bien philosophie, art, exercices pour la santé et méthodes de combat. On le définit comme «forme de mouvements méditatifs» parce qu'on intègre dans les mouvements le juste équilibre entre relaxation et concentration.

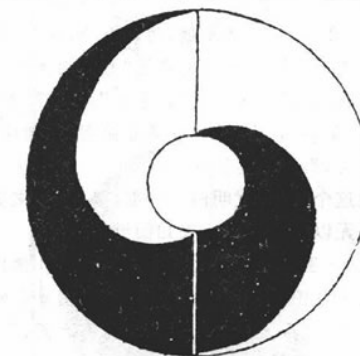
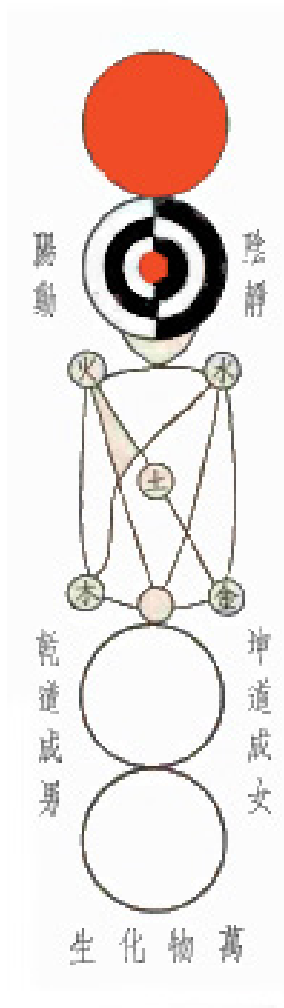


Tous les mouvements renferment un mouvement circulaire. La position corporelle est relâchée et calme, l'esprit est concentré. Les mouvements sont légers et pourtant vigoureux et énergiques.

Chaque mouvement provient du dantian (centre de l'énergie vitale). La position correcte, la respiration correcte et la disposition mentale correcte activeront le dantian. La correction spontanée de l'exécution en résultera.

La forme Taiji Nanpai donne énergie, stabilité émotionnelle et bonne santé.

Les Forces énergétiques du Taiji, appelées Taiji Jin constituent l'un des aspects les plus importants du Taijiquan et du Qigong.



Pour découvrir la clé et développer ces forces énergétiques il est nécessaire de connaître le Taiji Nanpai, un style original de Taiji de la Chine du sud qui se concentre sur le développement des mouvements spontanés internes et des forces spécifiques de chaque posture de Taiji pratiquées individuellement permettant ainsi d'atteindre un haut niveau dans tous les domaines : physique, énergétique, mental et spirituel.

Chaque mouvement du corps peut être fait dans l'unité d'ensemble avec la qualité de produire les forces Taiji. Développées, les forces Taiji peuvent être utilisées comme mouvement d'autoguérison, dans les exercices de santé, les arts martiaux et les soins énergétiques.

“

La véritable essence des exercices énergétiques se trouve dans l'ouverture du canal central et le développement des Taijijin

”