

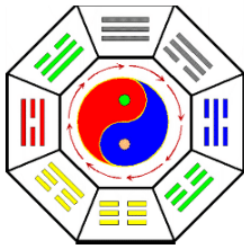
Association



Souffle et Vie

24 RUE CLAUDE MONET
44400 REZE

Web : <http://www.souffle-et-vie.org/>



ARTS CLASSIQUES DU TAO

MOUVEMENTS ÉNERGÉTIQUES CHINOIS école San Yi Quan

道引法氣功

DAO YIN FA
QI GONG

大極拳

TAIJIQUAN

靈道棍

BATON

扇

EVENTAIL



Cours découvertes gratuits tout au long de la saison

ASSOCIATION SOUFFLE ET VIE - Tél. 06 52 77 96 75

Les Arts Classiques du TAO de l'Ecole SAN YI QUAN

L'association *Souffle et Vie* propose les enseignements de l'école du 'Poing des Trois Harmonies' qui constitue la filiation tant du DAOYIN QIGONG du LING PAO MING que du XING YI QUAN tels qu'ils sont transmis depuis plusieurs siècles. *Georges CHARLES*, auteur de nombreux ouvrages et articles sur les Arts Classiques du Tao, est le responsable de cette école.

Les cours sont assurés par plusieurs enseignants diplômés de cette école.

DAO YIN FA

DAO YIN FA signifie "Travail énergétique permettant la nutrition du principe essentiel". Cet art millénaire a pour but de "fortifier le corps, développer les sens, et d'éveiller l'Esprit". La pratique se doit d'être plaisante et d'exprimer la joie de vivre. Ces techniques classiques comportent des auto-massages ainsi que des mobilisations. Le DAO YIN FA, est une méthode globale qui considère l'Être Humain comme une unité énergétique entre Ciel et Terre. Elle permet d'entretenir la santé, de maintenir et de développer l'Eveil, l'Ouverture, l'Activité.

TAIJIQUAN

Signifiant littéralement « Poing du Grand Faîte » ou « Poing du Faîte Ultime » cet art du mouvement est à la fois un art martial, chevaleresque et une pratique de réalisation liée à la philosophie chinoise.

LE BATON

Les anciens Chinois nommaient le bâton "Mère de toutes les armes" Il était considéré à la fois comme un outil, une arme et un instrument symbolique de pouvoir. La pratique englobe plusieurs aspects classiques du travail du bâton : énergétique, martial ou symbolique... au travers de plusieurs formes : le Bâton support de l'Energie Corporelle, le Bâton du Paysan, le Bâton du Guerrier, le Bâton de l'Officier, le Bâton du Maréchal, le Bâton du Magicien.

EVENTAIL

Très pratique pour son côté rafraîchissant en été, il n'en demeure pas moins une arme. Il s'utilise ouvert comme fermé dans une succession de mouvements fluides et spiralés. En solo ou avec partenaire, sa pratique permet de développer et renforcer l'équilibre et la souplesse

*La pratique et surtout l'étude de celle-ci, est principalement basée sur la répétition.
L'enseignant donne l'impulsion mais le résultat appartient au pratiquant.*

REZE Gymnase Chêne Creux rue des Landes Belleville	REZE Salle de L'îlette CSC du Château Allée de Provence	REZE Gymnase A. Perrichon rue du Parc Ferrand (accès rue des Hussardes)	NANTES Quartier Zola 25 rue Monte au Ciel	Saison 2018/2019
TAIJI- QUAN 20h30 à 22h00				LUNDI
BATON 18h30 à 20h00				MARDI
	DAOYINFA 19h15 à 20h30		DAOYINFA 20h30 à 22h00	MERCREDI
		Ateliers mensuels de pratique 20h00 à 22h30		VENDREDI
		ATELIER EVENTAIL 1/mois 10h00 à 12h30		DIMANCHE