



Samedi 2 mars 2019

L'unité du geste dans la pratique du Taiji Quan Avec Marie-Christine Moutault (Angers)

Pré-requis : connaissance des 13 postures et du 1^{er} duan

Notre invitée

Nous accueillons à nouveau Marie-Christine Moutault pour profiter de la richesse de son enseignement. Son parcours est très diversifié. De formation initiale professeur d'éducation physique, elle a exercé de 1976 à 2000. En parallèle et de façon complémentaire elle s'est formée au Taiji Quan (Yangjia Michuan Taiji Quan), au qigong, à la calligraphie chinoise, à l'énergétique chinoise, à la psychologie... Elle enseigne le taiji en Anjou.
<http://www.taiji-qigong-anjou.fr/>

Thème du stage : « L'unité du geste dans la pratique du Taiji Quan »

A l'instar du YIN-YANG, le geste se compose d'une absorption ET d'une expression. La cohérence vient de cette unité. Nous explorerons le ou les chemin(s) à prendre en s'appuyant sur la respiration. Le voyage à travers le corps emprunte celui des méridiens extraordinaires, alors tel un fouet le corps accueille et libère l'énergie au sein de chaque geste. Le relâchement FANG SONG 放鬆 dans le lien Terre-Ciel permet ce déploiement.

Horaire :

Samedi 2 mars 2019 : 9h-12h, 13h30-16h30

Possibilité d'amener son pique-nique

Accueil dès 8h30 – merci d'arriver à l'heure

Tél. sur place : 079 752 52 49

Dimanche 3 mars 2018 : 9h-12h. Atelier de formation continue pour enseignants avec Marie-Christine Moutault

Lieu, samedi-dimanche : Salle Projet H107, 1^{er} étage, 21 av. des Tilleuls, 1203 Genève (couverture des voies, St-Jean)

Prix :

Samedi CHF 120.- (CHF 100.- membres TOC, AVS, étudiants)

Le stage est à payer sur place

Formation continue **dimanche** matin CHF 80.-

Renseignements :

info@taiji-toc.ch

Inscription en ligne :

<http://www.taiji-toc.ch/stages-et-evenements/>