



Stage d'été de Tai Chi Lyon

samedi 28 et dimanche 29 juin 2025

au centre bouddhiste Les Grandes Terres à Francheville (à 20min du centre de Lyon)



L'Art du Chi est un art corporel énergétique orienté vers le bien-être et la santé.

Il est issu des arts internes traditionnels orientaux comme le Qi Gong, le Tai Chi Chuan, le travail en assise sur le Tantien et le petit circuit céleste du Taoïsme.

Il emprunte aussi les voies de la relaxation, de la respiration, des techniques de focalisation de l'intention, de méditation ou d'émission des sons porteurs d'énergie.

L' Art du Chi délaisse toute notion de compétition, de grade et de jeux d'opposition.



Initiation et perfectionnement au sein d'un lieu ressourçant

- enseignement de 4 niveaux : Débutants 1ère année, 24 postures, 108 postures et 127 postures.
- + une journée spéciale d'initiation pour les tout-débutants, le samedi de 9h30 à 18h30
- 4 enseignants expérimentés : Anne-Marie Vessylier, Ivola Demange, Thierry Chastaing et Eric Sampol



Détente, Bienveillance, Justesse, Présence à soi, Unité, Sérénité...

Ce stage est une invitation à découvrir ou approfondir l'écoute intérieure et la réalité énergétique qui anime le vivant en soi. Un temps d'immersion, de retour à Soi dans un lieu à la fois proche de Lyon et d'une grande qualité vibratoire. Ces belles salles de pratiques seront aussi l'occasion d'utiliser les sons enregistrés porteurs de Chi. Nous pourrons également pratiquer en pleine nature sur les bords verdoyants de l'Yzeron.

C'est aussi un moment pour se retrouver et se rassembler entre pratiquants, échanger, participer au rayonnement de l'enseignement et de l'association. Un pique nique sera possible le samedi soir pour profiter de la douce énergie du lieu en soirée.



Un lieu idéal pour notre pratique

Le stage se déroule au centre bouddhiste Les Grandes Terres, à 20 minutes en voiture du centre de Lyon.

Chemin du Grand Moulin, 69340 Francheville

Bus : C20, C20E, C24, 73

www.lesgrandesterres.org/

Déroulement

Samedi de 9h30 à 18h30 et dimanche de 9h30 à 17h30

L'enseignement se déroule sur 4 séances par jour (de 1h15) avec pauses et repas intercalés,

- alternance entre la pratique des mouvements et les exercices au sol.
- alternance entre les enseignants.

Restauration : la restauration est à la charge de chacun – merci d'apporter votre pique-nique.



Tarifs :

ENSEIGNEMENT

- 2 jours d'enseignement :
adhérent : 120€
non adhérent : 140€
- 1 seule journée d'enseignement (de préférence le samedi) :
adhérent : 65€
non adhérent : 75€
- INITIATION :
Samedi 28 juin : 70€ ou 45€ pour les personnes parrainées
Samedi 28 + dimanche 29 : 140€ ou 115€ pour les personnes parrainées

HEBERGEMENT

Possibilité de loger sur place pour les pratiquants venant de loin. Le règlement sera fait dans un deuxième temps auprès des Grandes Terres :

Chambre seul (dans la limite des places disponibles) : 38€ + 9,5€ de draps
Chambre 2 lits : 25€ par personne + 9,5€ de draps par personne

contact : 06 83 92 46 17 – www.taichilyon.fr

Bordereau d'inscription : stage d'été du 28 au 29 juin 2025 à Francheville

à renvoyer à Tai Chi Lyon, 195 chemin des moulins 69210 Savigny

accompagné du règlement (non encaissé avant le stage, et remboursable en cas d'annulation jusqu'à 1 semaine avant le stage)

Prénom : Nom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Téléphone portable :

E-mail :

- Niveau de cours :

☐ initiation ☐ débutant 1ère année ☐ 24 postures ☐ 108 postures ☐ 127 postures

- Proposition de co-voiturage :

je propose depuis : je recherche depuis :

- Hébergement :

☐ je souhaite être hébergé ☐ vendredi ☐ samedi

- Règlement :

Montant :euros (chèque à l'ordre de l'association Tai Chi Lyon ou par virement)

☐ Je suis parainé(e) pour la journée d'initiation par :

Fait à : Le Signature :