

ÉCOLE du CENTRE TAO

Association agréée par l'Union Pro Qi Gong
pour la formation de professeurs de QI GONG
16 route de Vernou, 37210 Vouvray (adresse postale)



Stages de Qigong avancé à Angoulême

Avec Philippe Aspe



Dao de l'Harmonie

Écoute de la Force (Tingjin)

Vide et Plein

Exercices par deux

Shen Qigong

Dates (au choix)

- 21 au 23 avril 2023,
- 2 au 4 juin,
- 23 au 27 août (5 jours).

Méthodes pratiquées lors du stage

- **Dao de l'Harmonie** : huit principes détaillés par le Dr Jian Liujun dont Philippe a suivi la formation et auprès duquel il continue à se former à Paris. La pratique de l'Arbre est à la base de cette méthode.
- **Tingjin** ou, **développement de la sensibilité fine** (proprioception + perception du Qi), prise de conscience de plus en plus fine, étape primordiale pour progresser dans les arts internes. Nous pratiquerons plusieurs exercices pour développer ces facultés à un niveau de plus en plus subtil.
- **Vide et Plein** : complémentaire aux deux méthodes précédentes, la conscience du vide et du plein (*xu/shi*) dans chaque mouvement et à chaque instant est absolument indispensable pour progresser.
- **Exercices par deux** : pour développer notre prise de conscience des tensions et des relâchements dans notre corps, « il n'y a pas mieux que le travail par deux ». Divers exercices, dont plusieurs *Tuishou* ou Exercices de Poussée des Mains, seront utilisés lors du stage.
- **Qigong spirituel** (*shen qigong*) *Hui Gong* ou Qigong de la Sagesse, Qi Gong de Guanyin (debout + assis) et méditation assise.

Bienfaits de ces pratiques

- Obtention d'une plus grande détente personnelle pendant la pratique (ni dur, ni mou !),
- Développement subtil de l'Écoute interne de l'autre.
- Vous deviendrez capables de faire ressentir à vos élèves les tensions, les blocages, les vides et les pleins et ainsi les faire évoluer.
- Vous progresserez dans votre pratique et découvrirez de nouvelles perspectives de recherche pour les années à venir !

Dates (au choix)

- 21 au 23 avril 2023,
- 2 au 4 juin,
- 23 au 27 août (5 jours).

Horaires (donnés à titre indicatif)

De 9H30 à 17H30.

Hébergement et repas libres

- Il y a des Airbnb à proximité, vous pouvez en louer un à plusieurs, cela vous fera moins cher.
- Repas : possibilité de manger sur place en préparant son repas (vaisselle à disposition).

Ce stage est un partenariat entre l'Association École du Centre Tao (SIRET 904 962 271 00014 APE 85.51Z) et Philippe Aspe (SIRET 415287 051 00049 APE 8559A), autoentrepreneur 2
autorisé à encaisser des chèques à son nom.

Lieu

À la campagne, tout près d'Angoulême, dans une très belle salle.

Tarifs du stage sans hébergement

- Particuliers : 100€ la journée, 270€ les 3 jours, 400€ les 5 jours.
- Professionnels (associations, entreprises) : 120€ la journée, 330€ les 3 jours, 490€ les 5 jours.
- Possibilité de régler en plusieurs chèques, virements bancaires ou espèces.
- Ordre des chèques : "Philippe Aspe" (autoentrepreneur) ; virements (demander le RIB).
- Réduction si chômage, RSA, etc. Échanges de services et troc envisageables.

Professeur : Philippe Aspe, directeur du Centre Tao, enseigne le Qigong et les arts énergétiques depuis 1988.

Diplômé en MTC de l'école du professeur Leung Kok Yuen, il a exercé la médecine chinoise en cabinet pendant une quinzaine d'années. Élève direct de plusieurs maîtres chinois de qigong, il fait partie des experts français de la discipline.



*Page à retourner par email ou courrier postal à :
École du Centre Tao, chez Mme Romé, 16 route de Vernou, 37210 Vouvray*

DÉCHARGE DE RESPONSABILITÉ

Je, soussigné(e),

Par la présente, j'indique que je décharge les organisateurs et leurs collaborateurs de toute responsabilité et de tous recours légal pour ce qui pourrait advenir en cas d'accident, de blessure, maladie, décès, dommage à ma personne au cours de ce stage, y compris d'éventuelles demandes de remboursements ou d'indemnités. J'assume toute responsabilité à titre personnel, non seulement pour moi-même mais aussi pour mes successeurs, mes assistants, représentants ou mandataires ne pouvant en mon nom attaquer juridiquement les structures organisatrices, leurs soutiens ou collaborateurs. J'accepte et respecte toutes les règles définies par le règlement intérieur de l'École du Centre Tao.

J'accepte que toutes les activités liées à cette formation soient filmées, photographiées et diffusées sur quelque média que ce soit. Je suis d'accord pour que l'École du Centre Tao ou/et Philippe Aspe utilisent partiellement ou en totalité mon image, ma voix, mes gestes ou mes photos sur des supports ou vecteurs audio-visuels et je ne leur demanderai aucun frais, indemnité ou dédommagement.

Je déclare que j'ai bien compris le contenu mentionné ci-dessus.

Mentionner « lu et approuvé », dater et signer

Date :

Signature du participant

-----BULLETIN D'INSCRIPTION -----

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Tél. mobile :

Courriel (en MAJ. SVP) :

Je m'inscris aux dates suivantes (entourez vos choix) :

21 au 23 avril 2023, 2 au 4 juin, 23 au 27 août.

Je règle par : chèques/virements/espèces (entourez votre choix). Chèques à l'ordre de « Philippe Aspe ».

J'ajoute un chèque de 25€ d'**adhésion** annuelle à l'ordre de "École du Centre Tao" (sauf si déjà à jour de ma cotisation 2022/23). J'accepte les conditions d'inscription.