



ÉCOLE du CENTRE TAO

Association loi 1901 agréée par la FEQGAE
pour la formation de professeurs de Qi Gong
16 route de Vernou, 37210 Vouvray
(adresse postale)



FORMATION en QI GONG

Professionnelle ou personnelle

1er stage les 15 et 16 octobre 2022

En Touraine

*Devenir professeur de Qi Gong !
Une passion mais aussi un métier plein d'avenir.*

Notre profession est en plein essor. La demande de professeurs est très forte de la part des municipalités, MJC, SPA, stations thermales, centres de remise en forme, hôpitaux, maisons de retraite...

Le Qi Gong est une discipline reconnue par le Ministère des Sports depuis 2007.

☉ Nos Formations

L'École du Centre TAO dispense deux formations : une « professionnelle » sur trois ans. Et une « personnelle » dite en « candidat libre » sur 2 ans. Elles ont une base de programme commune.

○ Les stages 6 et 7 de 1^{ère} année et le 6^{ème} de la 2^{ème} année sont uniquement accessibles aux inscrits en formation professionnelle.

☉ Notre Formation professionnelle en trois ans donne droit au « diplôme d'école de professeur de Qi Gong » qui est validé et reconnu par l'Union Pro Qi Gong ex FEQGAE (Fédération des Enseignants de Qi Gong, Art Énergétique).

○ La durée totale de la formation professionnelle s'étale sur trois années scolaires et représente 38 jours de stages soit 266H00 de formation en présentiel et 540H00 de travail personnel soit un total de 806H00. Les élèves de 3^{ème} année peuvent revenir gratuitement suivre les cours de 1^{ère} et 2^{ème} année et ainsi cumuler un total de 1002H00 sur les trois ans.

○ Une 4^{ème} année (facultative) est consacrée au travail interne approfondi (*neigong*).

○ Les cours de 1^{ère} et 2^{ème} année sont assurés par des assistantes diplômées et expérimentées. Le directeur de formation, Philippe Aspe, assure les cours de niveau avancé en 3^{ème} et 4^{ème} année.

SIRET 904 962 271 00014 APE 8551Z

☯ **Le Directeur de formation, Philippe ASPE**

- Professeur de Qi Gong depuis 1990, formé par de grands maîtres asiatiques (diplômé de l'institut du Quimétao dirigé par Dr Jian Liu Jun).
- Diplômé en médecine chinoise en 1990 et 1993 de l'école du Professeur Leung Kok Yuen.
- Titulaire du CQP de la fédération Sports Pour Tous et de la carte professionnelle d'Éducateur Sportif n°03715ED0095.
- Titulaire du brevet de Formateur niveau professionnel, certificat CEFI n°1836 remis par le CNFPI (Scorf).

☯ **PROGRAMME de 1^{ère} année** (non contractuel)

Dates : sous réserve de modifications

15 et 16 octobre 2022, 26 et 27 novembre, 7 et 8 janvier 2023, 18 et 19 février, 1 et 2 avril, 13 et 14 mai, 17 et 18 juin.

Cours pratiques

- Automassages (*Dao Yin*).
- Qi Gong dynamique des Mille Mains Sacrées (*Guanyin Gong*).
- Le Tai Ji Qi Gong en 18 mouvements.
- Le Jeu des Cinq Animaux (*Wu Qin Xi*) : forme traditionnelle.
- La méditation assise (*Jing Zuo Gong*), (est pratiquée chaque dimanche matin pendant les trois années).
- La Relaxation en Trois Trajets (*Fangsong Gong*).
- Les Huit Pièces de Brocart (*Ba Duan Jin*) : forme traditionnelle.
- L'Arbre de Santé et de Longévité (*Zhan Zhuang Gong*), (N1) : nourrir l'énergie (*Nei Yang Gong*).

Cours théoriques

- Introduction à l'histoire du Qi Gong de l'antiquité à nos jours.
- Les bases de la médecine traditionnelle chinoise (MTC) appliquées à la théorie du Qi Gong.
- La cosmologie chinoise et son importance dans le Qi Gong : *Wu Ji, Tao, Yin et Yang*.
- Les respirations du Qi Gong.
- Les cinq éléments (bois, feu, terre, métal, eau : leur symbolique et leurs applications dans le Qi Gong).
- Méridiens et Qi Gong, 1^{ère} partie : vaisseaux gouverneur et conception (*Dumai et Renmai*).
- Les organes et entrailles de la MTC (*Zang Fu*) : leur importance dans le Qi Gong.
- Le « *Qi* » ou énergie vitale : création, circulation, entretien par le Qi Gong.

☯ **Examen de fin de 1^{ère} année : lors des deux derniers stages de 1^{ère} année**

Cours théoriques

- Pédagogie adaptée à différents publics (N1).
- Examen théorique (en ligne) et pratique de fin de 1^{ère} année.
- Comment s'installer, se faire connaître, développer son activité ? Quel statut choisir ?

Cours pratiques

- Révisions des techniques de la 1^{ère} année.
- Examen filmé de fin de 1^{ère} année.



🌀 PROGRAMME de 2^{ème} année (non contractuel)

Cours pratiques

- Le Qi Gong de M^{me} Guo Lin et ses marches célèbres.
- Le Qi Gong du Professeur Leung Kok Yuen en sept mouvements, dont deux marches.
- Le Renouveau des Tendons (*Yi Jin Jing*), en douze mouvements, forme traditionnelle.
- Méditation assise : la petite circulation céleste (*Xiao Zhou Tian*).
- Le Qi Gong de « l'Arbre de Santé et de Longévité » (*Zhan Zhuang Gong*), (N2).

Cours théoriques

- La préparation du rapport de formation à remettre en fin de 3^{ème} année : choix du thème, conseils pratiques.
- Les "entités viscérales" de la médecine chinoise et le Qi Gong.
- Méridiens 2^{ème} partie : les douze méridiens réguliers et leur lien avec le Qi Gong.
- Pédagogie appliquée au Qi Gong (N2).

🌀 Examen de fin de 2^{ème} année : pendant le dernier stage

Cours pratiques

- Révisions des techniques de la 2^{ème} année pour préparer l'examen.
- Examen de fin de 2^{ème} année
- Examen filmé de fin de 2^{ème} année.

Cours théoriques

- Pédagogie : **mise en situation de cours**.
- Suivi du rapport de formation.

🌀 PROGRAMME de 3^{ème} année (non contractuel)

Cours pratiques

- Pratique basée sur les concepts du Dao de l'Harmonie et de la relaxation profonde (*Fangsong*).
- La méditation assise (*Jing Zuo Gong*) avec Petite Circulation Céleste et *mudras* (*Shoujue*).
- L'Arbre de Santé et de Longévité (*Wuji Zhuang*) (N3).
- Les Douze Trésors Taoïstes.
- Marches du qigong de l'arbre.
- Démonstration filmée d'une technique choisie par le candidat.
- Stage en Asie assuré par le directeur de formation (fortement recommandé mais facultatif).

Cours théoriques

- Approfondissement théorique : classification des qigong, le *Yangsheng*, le *Xiushen*.
- Méridiens 3^{ème} partie : les Huit méridiens extraordinaires et leur rôle dans le Qi Gong.
- Travail de recherche personnel avancé (lectures, pratique, rencontres avec différents professeurs) afin de nourrir la théorie et de finaliser le rapport de formation.
- Remise du rapport de formation (+/- 30 pages).

Cours en ligne et espace cloud dédié

Pendant toute la durée de leur formation les élèves ont un **accès gratuit et illimité** à de nombreuses ressources en ligne via un espace informatique sécurisé (K-Drive ou équivalent) :

- Intégralité des **vidéos** de la formation,
- Intégralité des **textes** de cours,
- Documents complémentaires.

Les **examens théoriques** des trois années ont lieu via un service de **questionnaires en ligne**.
Des **cours théoriques et pratiques de qi gong en ligne**, complémentaires aux stages en présentiel, sont dispensés gratuitement par l'école. Ils ont lieu pendant les périodes de mesures sanitaires mais aussi en dehors de celles-ci.

Mesures sanitaires

L'école du Centre Tao suit à la lettre les protocoles sanitaires imposés par le Ministère des sports.
En cas de perturbations importantes de la formation du fait des mesures sanitaires imposées, nous serions obligés de faire des stages intégralement en ligne et de réorganiser ou regrouper les jours de formation restants. Le programme technique pourrait aussi être adapté. Mais rassurez-vous, nous avons déjà une bonne expérience de cette situation depuis le 1^{er} confinement de 2020.

🌀 CONDITIONS D'INSCRIPTION

- Les programmes sont donnés à titre indicatif et pourront être modifiés en fonction de l'appréciation du comité technique et en tenant compte des mesures sanitaires et légales en vigueur.

Tarifs

- 1^{ère} année : Professionnelle = 1480€ (7 weekends) ; Personnelle = 1180€ (5WE).
- 2^{ème} année : Professionnelle = 1280€ (6WE) ; Personnelle (5WE) = 980€.
- 3^{ème} année (6WE) = 1280€.
- Formation payée par une association ou une entreprise/CE : rajouter 25%.
- Des **frais d'adhésion** annuelle à l'association de 25€ sont à rajouter en début de chaque année scolaire.
- Une **licence sportive est obligatoire** chaque année scolaire (la licence SPT 2021/22 était de 22,70€), elle comprend l'**assurance** du pratiquant.
- Les tarifs de la formation pourront être réajustés en début de chaque année scolaire.

Modalités de règlement et d'inscription

Un montant de 200 € est demandé au moment de l'inscription : le solde sera requis lors du 1er stage de chaque année d'études (*le paiement peut s'effectuer en plusieurs chèques ou par virement bancaire*). Le montant de 200€ est déductible de la somme à régler pour l'année en cours. En cas d'abandon, les sommes versées ne sont pas remboursées sauf pour raison médicale (voir le règlement intérieur). Il est demandé pour le 1^{er} stage : 2 photos d'identité couleur récentes et un certificat médical d'aptitude à la pratique du Qi Gong (valable 3 ans).
Le règlement intérieur précise les modalités de la vie du groupe, il est obligatoire de le signer après lecture, au plus tard lors du 1^{er} stage.

Lieu et Horaires

Les formations se déroulent en Touraine : à Joué les Tours, Tours ou commune environnante, en fonction des disponibilités de salles du fait des conditions sanitaires. Nous vous communiquerons l'adresse du 1^{er} stage courant septembre.

Horaires : Samedi matin : 9h30/12h30 ; après-midi : 14h30/18h00.
Dimanche matin : 9h00/12h30 ; après-midi : 14h00/17h30.

**ATTENTION : le nombre de places est limité à 20 personnes !
Ne perdez pas un an en vous inscrivant trop tard !**



Page à retourner 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 cette formation, 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 utilise 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 en 1ère Année de Formation de Qi Gong

Nom :

Prénom :

Né/e le :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Tél. mobile :

Courriel (en MAJ) :

Je joins un chèque de 200€ d'acompte non remboursable (retiré en octobre 2022) à l'ordre de « École du CENTRE TAO » pour la session 2022/2025 de Qi Gong (inscription en 1^{ère} année).

Je préfère régler par virement bancaire.

J'accepte les conditions d'inscription.

Date :

Signature :