

## ENSEIGNEMENTS D'ÉTÉ 2020 – Situation exceptionnelle Covid-19

Vous vous en doutez, les enseignements d'été à Lembrun en présence de Maître Yuan Limin, Maître Tian Lifang et Tian Weize à Lembrun ne seront pas possibles en raison des restrictions de circulation internationales dues au Covid-19.

Wudang Gong Dao étudie la possibilité d'organiser un événement à Lembrun cet été en présence des professeurs certifiés afin de conserver la belle dynamique qui s'est mise en place depuis bientôt presque deux ans et qui permettra de réunir tous ceux se passionnent pour ces enseignements transmis par Maître Yuan Limin.

Concernant les enseignements à destination des élèves de formation initiale, des professeurs certifiés et de ceux en cours de certification ils continuent depuis le mois d'avril en visioconférence avec Maître Yuan Limin.

Cet été nous vous proposons 6 séances en visioconférence avec Maître Yuan Limin sur la pratique du Wudang michuan taijiquan 36 shi, Le wudang taijiquan des 36 mouvements transmis secrètement. Ces enseignements sont ouverts à tous.

Certaines séances seront uniquement consacrées à la pratique du taijiquan et d'autres seront en partie consacrées à l'étude de chapitres du Daode jing en lien avec la pratique des arts martiaux internes.

### CALENDRIER DES ENSEIGNEMENTS

- 5 juillet de 7h à 10h Mouvements 1 à 9
- 19 juillet de 9h à 12h. Mouvements 10 à 14 + Dao de jing  
11 le tigre noir rôde dans la montagne Hēi hǔ xún shān 黑虎巡山
- 26 juillet de 7h à 10h Mouvements 15 à 19  
19 tourner la tête et contempler la lune Húitóu wàngyuè 回头望月
- 2 août de 9h à 12h Mouvements 20 à 24 + Daode jing  
23 l'immortel traverse le pont Xiānrénguò qiáo 仙人过桥
- 9 août de 7h à 10h Mouvements 25 à 28  
28 Lingguan brandit son arme Líng guān dān biān 灵官单鞭
- 23 août de 9h à 12h Mouvements 29 à 36

Vous pouvez choisir de suivre le cycle complet ou seulement certaines séances en fonction de vos disponibilités.

Pour s'inscrire au cycle complet : <https://wudang-gong-dao.org/asp-products/enseignements-dete-wudang-michuan-taijiquan-inscription-au-cycle-complet/>

Pour s'inscrire à la séance : <https://wudang-gong-dao.org/asp-products/enseignements-dete-wudang-michuan-taijiquan-inscription-a-la-seance/>

### MODALITES D'INSCRIPTION

Tarifs : 40€

Forfait 6 séances : 210€

Les enseignements ont lieu en visioconférence avec Zoom.

## 武当秘传太极拳36式 Wǔdāng mìchuán tàijí quán 36 shì

### Wudang Taiji Quan des 36 mouvements transmis secrètement

Cristallisation des arts martiaux internes, manifestation concrète de la philosophie taoïste, un des trésors de la culture du Wudang, le Taiji Quan des 36 pas représente une des pratiques au cœur de l'enseignement du Maître. Il réunit la quintessence des arts martiaux et du Qi Gong. Dans le calme et la lenteur, bouger à la manière d'un nuage, s'écouler comme l'eau, dans un mouvement ininterrompu comme un fil de soie qui se déroule, unissant le pouvoir de la faiblesse à celui de la force.

Faciles d'accès pour les débutants, les mouvements, d'apparence simple, révèlent leur subtilité à celui qui avance dans sa pratique. Travaillant le qi (*lian qi* 炼气), ils permettent à chacun de développer son potentiel, d'enrichir son esprit et de fortifier son corps.

