

Enseignements 2026-2027 Programme



武當功道

WUDANGGONGDAO

— 以道顯武 以武入道 —

SOMMAIRE

Introduction

- ✓ Quan gong, li, fa, de : Cinq piliers, cinq fondamentaux d'enseignement.....4
- ✓ Les 6 niveaux.....5
- ✓ Nos orientations 6
- ✓ "En pratique" dans notre programme - Plusieurs entrées, plusieurs formules.....7

Enseignements en visioconférence - Ouverts à tous

- ✓ Wudang taijiquan des 48 mouvements.....9
- ✓ Le nom des points d'acupuncture, une voie vers le gongfu.....10
- ✓ Les mécanismes secrets de notre résonance avec le Ciel.....11
- ✓ Cycle d'enseignements gratuits.....14

Enseignements en présence de Maître Yuan Limin - Ouverts à tous

- ✓ Les cinq animaux du Wudang pour nourrir le Vivre.....17
- ✓ Wudang michuan taijiquan des 36 mouvements20
- ✓ Wudang Taijiquan des 13 potentiels.....21
- ✓ Taijiquan - La force martiale du non-agir et du non-combattre.....22
- ✓ Wudang Baguazhang23
- ✓ Les armes - L'épée des 7 étoiles.....25
- ✓ Les armes - Le bâton du Guerrier du Mystère du Wudang.....26
- ✓ Les enseignements d'été.....27

Nos cursus

- ✓ Objectifs29
- ✓ Modalités.....30
- ✓ La formation initiale.....31
- ✓ Le cycle d'approfondissement.....32
- ✓ Les cycles de certification de professeurs.....33

Un réseau vivant

- ✓ Nos professeurs certifiés - Une transmission fidèle.....35
- ✓ Notre école mère à Wudang - Wudang Sanfeng Martial Arts school.....36
- ✓ Nos adhérents.....37
- ✓ L'esprit de l'association.....38

Agenda complet.....39

Introduction

Ce programme présente les activités de l'association Wudang Gong Dao pour l'année 2026-2027. Il rassemble les dates, les contenus des enseignements, ainsi que les orientations pédagogiques qui guident notre travail.

L'association s'inscrit dans la lignée de Maître Yuan Limin et de l'école San Feng Wushu Xuexiao, située près des Monts Wudang en Chine.

Elle s'appuie sur un réseau d'une cinquantaine de professeurs certifiés, présents en France et en Italie, qui transmettent les arts internes dans un cadre structuré et fidèle à l'enseignement reçu.

Ce programme est une invitation à découvrir ou approfondir une pratique exigeante, nourrie par les principes du gong, et portée par une dynamique collective.



Notre devise

Yi wu ru dao, yi dao xian wu

Par la Voie habiter la pratique, par la pratique entrer dans la Voie

Quan 拳, gong 功, li 理, fa 法, de 德

Cinq piliers, cinq fondamentaux d'enseignement

功

Gōng

Pour raffiner sa pratique et développer son gongfu

理

Lǐ - Théorie

Les règles qui traversent la pratique

La Voie du rituel

La culture taoïste et des arts martiaux internes du Wudang

Les classiques taoïstes, les traités du taiji, de l'épée, du bagua (les connaître et raffiner leur contenu)

法

*Fǎ - Méthodes**

Elles sont utiles pour développer une

capacité, comme le travail par les

jibengong ou les applications martiales

德

Dé - Vertu

Une éthique du quotidien, une pratique du coeur

Comment le taoïsme et la pratique peuvent influencer notre vie et approfondir notre compréhension

Développer une cohérence entre ce que nous apprenons, enseignons, et ce que nous sommes

拳

Quán - Pratique

Le travail des formes statiques et dynamiques

Les 6 niveaux

Rappelons que les enseignements s'effectuent dans le cadre d'une transmission. Les niveaux ne doivent donc pas être compris au sens classique : ils ont été définis par le Maître, selon une logique propre, avec des contenus et objectifs associés, et une vision profonde de ce que doit être la progression vers le gongfu, tout en infusant dans la vie quotidienne.

Ce que le Maître observe avant tout ? La manière dont notre corps et notre coeur ont

intégré les règles, la capacité à laisser la pratique ouvrir des champs insoupçonnés.

Il nous accompagne dans cette exploration, si nous sommes prêts à nous laisser traverser par ce que les enseignements peuvent révéler. Son souhait est de nous emmener dans un travail en profondeur. Il nous invite à penser la pratique autrement, dans une dynamique vivante et exigeante.

<p>Niveau 1 Xué shì 学士</p> <p>Sans expérience particulière, vous prenez contact avec la pratique et êtes dans la phase de découverte. Il est habituel de dire que vous venez de « passer » la porte.</p> <p>Le terme xue - 学 utilisé pour qualifier ce niveau signifie « étude ». Vous avez donc développé des connaissances de base. Les règles dans votre corps commencent à vous être familières.</p>	<p>Niveau 2 Wǔ shì 武士</p> <p>Vous avez « passé la porte ». Vous avancez dans la pratique. Votre corps se structure. Vous commencez à connaître méthodes et règles.</p> <p>Le terme wu - 武 utilisé pour qualifier ce niveau signifie « art martial ».</p>	<p>Niveau 3 Shù shì 术士</p> <p>Vous commencez à avoir intégré les principes (li) et comment les utiliser (fa). Vous connaissez les règles dans votre propre corps. Vous avez acquis une certaine maturité.</p> <p>Le terme shu - 术 utilisé pour qualifier ce niveau signifie « technique/art ».</p>
<p>Niveau 4 Bó shì 博士</p> <p>Vous commencez à recueillir les fruits de votre pratique. Tout s'intègre. Votre pratique et la qualité de votre travail interne « se lisent » immédiatement.</p> <p>Le terme bo - 博 utilisé pour qualifier ce niveau signifie « docteur » dans d'autres disciplines. Vous avez atteint un premier niveau de maturité.</p>	<p>Niveau 5 Fǎ shì 法士</p> <p>Vous faites référence. Votre shen se rassemble. Votre geste est porté par la qualité du coeur qui vous anime.</p> <p>Le terme fa 法 est utilisé pour qualifier ce niveau signifie « loi ». C'est aussi le fa du très connu « dao fa ziran » la Voie se conforme à la Nature du daodejing.</p>	<p>Niveau 6 Dé shì 德士</p> <p>Votre niveau de pratique est d'une telle profondeur qu'il ne peut être approché en parole. Il dépasse le dicible.</p> <p>Le terme de - 德 utilisé pour qualifier ce niveau est intraduisible en tant que tel. On trouve ainsi comme traduction « vertu, éthique, authenticité réalisante, l'efficace... » ou pas de traduction ce qui est encore mieux. Pour en approcher le sens, il faut décomposer le caractère avec la clef du mouvement 行+ l'œil 目 sur un coeur 心 soit authenticité d'un coeur en mouvement dans les actes.</p>

Jusqu'où aller ? Cela dépend de notre engagement personnel. C'est cela, le gong : un chemin libre, mais orienté, dans le respect d'une direction et d'un sens donnés. Ces niveaux sont essentiels dans le cadre des cursus et notamment pour nos professeurs, mais ils peuvent également servir de repère pour votre propre chemin.

Nos orientations

Progresser dans sa pratique, développer son gongfu

L'enseignement du Maître part toujours du corps et de la pratique : les mouvements, les postures, les taolus sont de bons points de départ mais ne sauraient être une fin en soi. Au-delà, c'est notamment le gongfu qui est visé : un art porté à son faite, qui se construit avec patience et persévérance.

Un chemin vers le gongfu

L'objectif est de développer le gongfu, d'aller au-delà de la simple pratique. Peut-être reste-t-il pour nous un rêve inaccessible mais chacun peut s'en approcher — et c'est le chemin qui compte. C'est aussi sur ce chemin que le Maître souhaite nous accompagner, même dans ses enseignements Tout public.

Grâce à la pédagogie du Maître, cet enseignement est accessible à toutes et tous. De nouveaux horizons s'ouvrent à chacun, parfois sans même s'en apercevoir.

La pratique et les textes classiques

C'est l'une des signatures de cet enseignement : la pratique ne va jamais (ou presque) sans les textes. Les classiques taoïstes, les traités associés à chaque pratique comme l'épée, le bagua ou même les animaux nous ouvrent l'expérience accumulée par des générations de pratiquants. Ils portent aussi le fond culturel dont sont nés les arts martiaux du Wudang.

Loin d'être abstraits, ils sont d'une aide très concrète : ils apprennent au corps à reconnaître et intégrer les règles qui traversent chaque mouvement.

道 Le Dao comme ambition

Notre devise recèle deux caractères particulièrement forts associés au Dao qui éclairent le sens premier de ce qui est recherché :

入 rù, entrer — c'est par la pratique que l'on entre dans le Dao, affichant clairement le moyen ;

显 xiàn, manifester, révéler — en retour, le Dao éclaire et transforme notre pratique qui le manifeste.

Cette double dimension et cette réciprocité entre le Dao et la pratique sont au cœur de tout l'enseignement.

“En pratique” dans notre programme

Plusieurs entrées, plusieurs formules

La pratique 拳 - quan

- Les cinq animaux du Wudang et le dragon : plusieurs propositions pour apprendre différemment. Un travail qui n’a pas fini de nous étonner.
- Le taiji quan : avec les 48 mouvements du Wudang et “la puissance du non-combat et du non-agir” la vision taoïste de l’art martial.
- Le bagua zhang : avec un mix entre fondamentaux et approfondissement
- Les armes : avec l’épée des 7 étoiles et le bâton du Guerrier du Mystère

Le li 理 et le fa 法

Le **li**, c’est à la fois la théorie de la pratique et les lois du Ciel-Terre que l’on expérimente et intègre progressivement. Le **fa**, ce sont les méthodes.

Le Maître part du principe qu’il faut les connaître pour progresser — ce qui paraît assez logique.

C’est un pari que nous prenons avec les nouvelles propositions de cette année pour justement de ne pas rester uniquement sur les formes qui deviennent un prétexte à entrer dans une autre façon de penser.

2 cycles de 3x1j pour progresser avec :

- Les noms des points d’acupuncture, thème plébiscité l’an dernier
- Les mécanismes secrets de notre résonance avec le Ciel en lien avec la pratique

Des ateliers d’ouverture gratuits

Notre seul objectif : faire connaître au plus grand nombre un enseignement de cette qualité. Le Maître n’est jamais là où on l’attend. Cette année, encore des surprises avec “Ouvrir les routes du qi”, “Clarifier ses choix : techniques 拳术, méthodes 拳法 ou Dao 拳道 de la « boxe ?” et “Zhang San Feng : au-delà du taiji, l’ampleur d’un héritage pour la pratique d’aujourd’hui”.

Les formules

- Cycles en visioconférence
- Enseignements d’hiver et d’été en présentiel dont certains, en partenariat en région avec nos professeurs, qui pourront assurer la continuité de l’enseignement.

Nous rappelons également les différents cursus qui permettent d’être accompagné(e)s dans la durée.

Nous ouvrons cette saison 26-27, 2 nouvelles promotions, une de Formation initiale et une de Certification de professeurs niveau 1, selon un rythme de tous les 3 ans, les prochaines ouvriront en 29-30.

Enseignements en visioconférence

Ouverts à tous

Les cycles d'enseignements en visioconférence vous permettent de progresser à votre rythme grâce à l'envoi de la rediffusion des séances en vous offrant l'opportunité d'échanger en direct avec Maître Yuan Limin et de pouvoir lui poser les questions qui jalonnent votre parcours.

Lors de votre inscription vous recevez les liens de connexion pour toute la durée d'un cycle. À l'issue d'une séance, vous recevrez, dans un délai d'une dizaine de jours, la rediffusion de la séance.

Thèmes

- Cycle Wudang taijiquan des 48 mouvements
- Cycle 1 - Le nom des points d'acupuncture, une voie vers le gongfu
- Cycle 2 - Les mécanismes secrets de notre résonance avec le Ciel
- Cycle d'enseignements gratuits



Wudang taijiquan des 48 mouvements

武当四十八式太极拳

Pour la première fois en France, Maître Yuan Limin enseignera les 48 mouvements du taijiquan de Wudang. Venant à la suite des 36 mouvements, ils nous emmènent dans une autre dimension de ce taijiquan ancien et très représentatif de la philosophie taoïste.

Les 12 mouvements venant à la suite des 36 représentent un changement de phase, qui entraîne des transformations dans notre corps. Dans les 36, nous ouvrons une fenêtre, dans les 48 une grande porte. Le travail des spirales et de la force interne Lü 捋 deviennent plus profonds et conduisent vers de nouveaux ressentis.

Ouvert à tous.

15h en visioconférence.

Celles et ceux qui ont déjà une pratique des 36 vont pouvoir savourer cette suite tant attendue.

Pour ceux qui voudraient apprendre les 36 vous pouvez suivre des cours avec des professeurs Wudang Gong Dao et/ou acheter nos cours en ligne via notre site.

Dates

dimanche 22 novembre 26 - 8h30-11h30/13h-15h

dimanche 14 mars 27 - 8h30-11h30/13h-15h

dimanche 23 mai 27 - 8h30-11h30/13h-15h

Vous pouvez également participer aux enseignements sur les 36 mouvements en présence du Maître à Paris cf. p.20



Cycle 1

Le nom des points d'acupuncture, une voie vers le gongfu - 穴位名称的功夫

Un nom n'est jamais neutre

En acupuncture, le nom de chaque point porte en lui une signification profonde. Or, cette richesse reste peu explorée dans le cadre de la pratique interne. C'est précisément là que s'ouvre un champ immense d'apprentissage.

Chaque nom raconte quelque chose : une fonction, une relation, un mouvement du qi. Dépasser la simple nomenclature, c'est accéder à une compréhension qui transforme la pratique. C'est cela, le gongfu des points : un nouvel angle de travail pour développer sa maîtrise du qi 气.

Les jingluos : un réseau vivant

Le corps est traversé par un réseau de canaux où circule le qi. Les 12 méridiens en forment la trame visible ; les 8 merveilleux vaisseaux, plus subtils, en régulent la profondeur. Chaque point est une station sur ce réseau — certaines majeures et d'autres plus discrètes.

Quand, par exemple, qihai 气海 (Mer du qi 6VC) s'éveille, huiyin 会阴 (1VC Réunion des yin) se relève et qu'ils travaillent ensemble avec Mingmen (4VG Porte du destin), quelque chose change dans la posture et dans l'énergie. Ce n'est plus de la théorie : c'est le qi qui se manifeste, plein et circulant.

Contenus

Apprendre la langue des points d'acupuncture, savoir lire et utiliser en conscience la carte énergétique de son propre corps ouvre de nouveaux horizons pour améliorer sa pratique.

Au programme

- Les points clés pour la pratique pris indépendamment ou dans leurs relations
- Le sens profond de leurs noms : décrypter ce que chaque point porte en lui et le lien concret avec la pratique
- Exercices guidés pour ressentir leurs fonctions et effets
- Méthodes pour améliorer durablement sa pratique par cette approche.

Dates

samedi 6 mars 27

samedi 17 avril 27

samedi 29 mai 27

8h30-11h30/13h-15h

À l'inscription, mise à disposition de la rediffusion des enseignements gratuits de janvier 2026 sur Les 12 points d'acupuncture fondamentaux en lien avec la pratique. (1h30)



Cycle 2

Les mécanismes secrets de notre résonance avec le Ciel - 天人感应

Dans la culture taoïste, la relation **Terre - Ciel - Homme** est fondamentale. L'Homme est vu comme un **microcosme** reflétant le **macrocosme**, et comprendre cette correspondance est essentiel. Ce principe n'est pas seulement théorique : il devient une clé du **gongfu** à un niveau avancé, et un repère pour une pratique de qualité, quel que soit son niveau.

Nous attirons votre attention sur les quelques notions qui seront au cœur de cet enseignement :

- résonance ou **gǎnyìng** (感应), de l'Homme qui « répond au Ciel »
- « mécanisme caché », **xuánjī** (玄机), littéralement qui désigne les lois immuables qui régissent l'univers, le temps et les transformations.

Dans la pratique, cela se traduit par une forme d'effet levier : en agissant au bon moment et de la bonne manière, on obtient beaucoup avec peu. On développe une efficacité naturelle, parce que l'on s'accorde aux mécanismes du monde plutôt que de les contrarier même par simple ignorance.

Le temps ou les directions font partie de ces mécanismes. Par exemple, travailler face à l'Est Ouest au Nord ou au Sud ; pratiquer aux heures **Mao 卯** (5-7 h), **Wu 午** (11-13 h), ou **You 酉** (17-19 h), ou la nuit, ne produit pas les mêmes effets. Chaque créneau ou direction a une qualité particulière, une circulation spécifique, et demande un type de pratique adaptée. Comme un jardinier qui sait quand semer, arroser ou tailler. Aller contre le rythme naturel mène à l'épuisement, tandis que le suivre et l'utiliser ouvre des possibilités.

Travailler en conscience avec ces mécanismes de l'Univers et les rythmes du temps devient une source inépuisable d'approfondissement, qu'on en soit encore à habituer notre corps à les ressentir, même grossièrement, ou déjà en capacité d'en utiliser les transformations les plus subtiles. On ouvre ainsi une boîte de pandore qui n'en finira pas de nous surprendre.

Contenus

- Connaissance des grandes notions taoistes : macro & microcosme, temps, résonance et efficacité, expliquées dans leurs liens avec la pratique
- Pratique & développement des ressentis
- Apports de méthodes pour les intégrer dans sa pratique de manière adéquate & simple

Dates

dimanche 8 novembre 26

dimanche 7 mars 27

dimanche 2 mai 27

8h30-11h30/13h-15h

En visioconférence

À l'inscription, mise à disposition de la rediffusion des enseignements gratuits de décembre 2023 sur les cycles du temps et la pratique (1h30)



Cycle d'enseignements gratuits

Venant en appui de toutes les pratiques qui vous sont proposées, nous vous invitons, comme chaque année, à participer à un nouveau cycle d'enseignements de Maître Yuan Limin ouvert à toutes et tous sur des points précis de la pratique ou des fondamentaux de la pensée taoïste.

Les orientations sont la pratique, le lien entre la pratique et les textes classiques et la théorie, et nourrir le vivre.

Dates

samedi 7 novembre 26 - 8h30-10h

Ouvrir les routes du qi

dimanche 18 avril 27 - 8h30-10h

Clarifier ses choix : techniques 拳术, méthodes 拳法 ou Dao 拳道 de la « boxe » ?

dimanche 30 mai 27 - 8h30-10h

Zhang San Feng : au-delà du taiji, l'ampleur d'un héritage pour la pratique d'aujourd'hui

En visioconférence



Contenus

Ouvrir les routes du qi

L'échauffement fait partie de notre routine : ouvrir le corps, assouplir le bassin, délier les épaules, chauffer les muscles etc. C'est utile, voire indispensable, mais ce n'est qu'une partie de la phase de préparation.

On sait que dans les arts internes, la pratique repose en partie sur le qi 气. S'il circule, tout va bien ; s'il stagne, tout devient difficile. Alors pourquoi ne pas chercher, aussi, à ouvrir les routes du Qi, comme on ouvrirait un chemin avant de marcher ?

Cet atelier est structuré autour de 3 temps :

- Comprendre ce que sont les routes du Qi
- Pourquoi les ouvrir conditionne aussi la qualité de la pratique ultérieure ?
- Comment faire concrètement avec des exercices dédiés ?

Clarifier ses choix : techniques 拳术, méthodes 拳法 ou Dao 拳道 de la « boxe » ?

Que recherche-t-on vraiment lorsqu'on pratique ? Posons trois mots, cela aide à se faire une idée du champ des possibles - 术 shù, techniques ; 法 fǎ, méthodes ; 道 dào, la Voie. Il est clair qu'on ne fera pas la même chose suivant la réponse qu'on apporte à cette question.

Une fois cela clarifié, seront explicités les rôles du qi 气, du yi 意 et du shen 神 et comment les travailler, voire s'auto-évaluer sans se laisser illusionner. Le qi se conduit, se nourrit, se raffine, se rassemble. Le fil du yi précède et « tire » notre geste mais le plus souvent il se rompt et le dosage « ni trop, ni trop peu » demande de l'expérience.

Quant au shen, sans doute le plus mystérieux des trois, quelles sont les conditions pour qu'il nous soit véritablement accessible ?

Pratique et méthodes simples seront au rendez-vous de ces enseignements tout en nous invitant à la lucidité. Pour Maître Yuan, ce sera enfin l'occasion de partager avec nous comment il observe une pratique pour juger de sa qualité.

Zhang San Feng 张三丰 : au-delà du taiji 太极, l'ampleur d'un héritage pour la pratique

Zhang Sanfeng ne se résume pas au taijiquan. Son héritage touche aussi les pratiques de santé et le yangsheng, la médecine taoïste, l'alchimie interne, la poésie, la littérature etc.

Toujours en recherche, Maître Yuan s'appuie sur ses écrits, non seulement dans son enseignement - dans son école d'arts martiaux à Wudang l'étude des Classiques tient une place essentielle - mais aussi pour nourrir et approfondir sa propre pratique. C'est ce qu'il nous partagera dans cet atelier :

- L'héritage de Zhang Sanfeng
- La place de ses textes dans la pratique : son témoignage
- Lecture commentée d'extraits et échanges
- Temps de mise en pratique

Enseignements en présence de Maître Yuan Limin Ouverts à tous

Comme chaque année, Maître Yuan Limin nous fera le plaisir de venir partager ses enseignements en France aux mois de janvier, février, juin et juillet 2027.

Organisés par Wudang Gong Dao ou en partenariat avec des associations de professeurs certifiés engagés dans la diffusion des Arts internes du Wudang, ces rendez-vous sont l'occasion de partages et de rencontres entre pratiquants de France et d'Europe.

Vous trouverez dans les pages suivantes un Focus sur les enseignements proposés par Wudang Gong Dao et ceux en partenariat avec les associations des professeurs certifiés qui bénéficient d'une transmission à la fois authentique et structurée sur les cinq piliers de l'enseignement.

Les cinq animaux du Wudang pour nourrir le Vivre

武当五形养生功

Il sera dit que cette saison 2026–2027 sera celle des cinq animaux et du dragon !

C'est l'une des méthodes appréciées pour tout ce qu'elle apporte. C'est une source d'approfondissement inépuisable dont le Maître ne cesse d'affiner l'enseignement.

Par la multiplicité des angles d'enseignement, le Maître nous accompagne et nous fait partager la couleur et la saveur de chaque animal.

Avec ce qui est proposé dans cette série de rencontres, toutes co-organisées par nos professeurs certifiés, vous aurez de quoi travailler et explorer votre propre pratique sans jamais refaire la même chose.

Dates

Vendée

16-17 janvier 2027 : **Grue et Dragon**

La Voie de l'Energie & Les Marches de Wudang

Aix-les-Bains

12 février 2027 : **Tortue, Grue, Tigre & Serpent**
(réservé aux personnes connaissant les formes)

13-14 février 2027 : **Dragon**

Hosukwan

Avignon

24 février 2027 : **Tortue**

Maison des Arts et du Tao & Le Dragon Thorois

Suisse

19-20 juin 2027 : **Dragon**

Qibo academy

Pour les spécificités des angles d'enseignement,
cf. pages suivantes



Contenus

Tous les enseignements reprennent les fondamentaux quelque soit leur objectif. En fonction des groupes, la manière d'aborder les animaux pourra être adaptée, notamment avec l'étude des poèmes associés.

Aix-les-Bains — Hosukwan

Approfondissement des 4 animaux (tortue grue tigre serpent)

Hosukwan ouvre les portes de sa fin de cycle de formation sur les animaux. Une journée pour consolider la pratique de quatre des animaux — tortue, grue, tigre, serpent. Ce sera l'occasion certes de réviser chaque animal, au travers des fondamentaux du corps énergétique et des jibengongs clefs (statiques et marches) et surtout d'apprendre à incarner l'animal. C'est en effet dans l'observation de la nature que cette méthode trouve sa source. Pratiquer la grue et être grue. Pratiquer le tigre et être tigre. Un travail encore jamais fait pour revenir à son essence même.

Pré-requis : connaître la forme

Fondamentaux du dragon

Vous pourrez apprécier tout le travail de base qui, quelque soit son niveau, reste essentiel pour cette forme réputée difficile (rassurez vous le Maître sait nous la rendre accessible) : jibengongs du « 8 » dans toutes leurs déclinaisons (bras et jambes – déplacements) et marches, notamment celle du coq. Quand au travail du 神 shen du dragon, il est très spécifique et ouvre sur une autre dimension.

Vendée — La Voie de l'Energie - Les Marches de Wudang

Montées descentes de la grue - Spirales du dragon

La grue travaille le système du cœur (été, joie, rouge, feu, etc). C'est également un travail spécifique de montées et descentes. Le dragon ouvre sur l'énergie du foie avec son système de correspondances (foie, printemps, colère, vert, bois, tendon, etc.) ainsi que sur la pratique des 8 et la mise en condition de l'émergence des spirales.

Nous travaillerons sur ces dimensions qui servent partout dans la pratique.

Contenus

Avignon — Maison des arts et du Tao & Le Dragon Thorois

La tortue - longévité, énergie des reins et assise dans la vie

La méthode des cinq animaux est avant tout un daoyin (conduire le qi) et yangsheng (nourrir le mécanisme du vivre). Avec la tortue, vous travaillerez l'ensemble du système psycho physiologique de l'eau (hiver, reins, noir...)

Débutant ? Venez goûter à cette pratique avec la fameuse tortue, sans doute l'un des animaux les plus accessibles (au moins en apparence). Avec elle, apprenez les vertus de la lenteur de la stabilité et de la recherche du calme, fondement de la longévité – Fortifiez l'énergie de vos reins. Apprenez à bouger dans l'énergie de l'hiver. Pratiquant chevronné ? Avec les indications données par le Maître, vous pourrez tout en revoyant vos bases, travailler plus en profondeur. Vous « connaissez » la forme, mais votre corps a-t-il vraiment compris et intégré les secrets du respir du « mouvement de la tortue d'or qui crache le dan » ?

Suisse — Qibo academy

Le dragon dans tous ses états

Pratiquer comme un dragon : image mythique par excellence pour une culture symbolique qui croit au pouvoir réalisateur du symbole. Les différentes figures du dragon — 龙腾 lóng téng (le dragon prend son envol) 龙游 lóng yóu (le dragon voyage dans l'aisance), 龙盘 lóng pán (le dragon s'enroule), 龙卧 lóng wò (le dragon repose).

“Le dragon voyage dans l'aisance, le phénix danse, ils s'unissent au soleil et à la lune”, nous est-il dit dans le poème du dragon — 龙游凤舞, 日月合明.

Ou comment clarifier les fondamentaux pour que l'essence même du dragon puisse un jour émerger.

Wudang michuan taijiquan des 36 mouvements

武当秘传三十六式太极拳

Cristallisation des arts martiaux internes, manifestation concrète de la philosophie taoïste, un des trésors de la culture du Wudang, les 36 mouvements représentent une des pratiques au cœur de l'enseignement du Maître. Il réunit la quintessence des arts martiaux et du qigong. Dans le calme et la lenteur, il permet de trouver le mouvement. Bouger à la manière d'un nuage, s'écouler comme l'eau, pour un mouvement ininterrompu comme un fil de soie qui se déroule, unissant le pouvoir de la faiblesse et celui de la force.

Pour ceux qui voudraient travailler en amont les 36 mouvements vous pouvez : suivre des cours avec des professeurs Wudang Gong Dao et/ou acheter nos cours en ligne via notre site.

Dates

10-11 février 2027 à **Paris** (lieu à déterminer)
9h-12h/14h-17h

Vous pouvez également suivre le cycle sur les 48 mouvements en visioconférence cf. p.9



Wudang Taijiquan des 13 potentiels

武当十三势太极拳

8+5=13... Les 13 potentiels 十三势, ce sont les 8 forces internes primordiales (jin 劲), dites 8 « portes » (ba men 八门) et les 5 déplacements (wu bu 五步). Ils sont expressément cités par Zhang Sanfeng dans le Traité du taiji comme étant à la base de la pratique et de la compréhension des transformations du Ciel-Terre, les 8 forces internes étant reliées aux 8 trigrammes (bā guà 八卦) et les 5 déplacements aux 5 mouvements (wǔ xíng 五行).

Le taiji des 13 potentiels est un taiji court uniquement centré sur l'apprentissage de ces 13 fondamentaux. Il est donc particulièrement utile, voire essentiel pour tout pratiquant qui souhaite avancer sur jindao la Voie de la force interne et sur la justesse de sa pratique du taijiquan.

Comme pour toute pratique, ce taiji peut être abordé sur plusieurs niveaux. Travailler la forme, c'est être en capacité de montrer aux autres des mouvements. Travailler la voie de la force interne ou jindao 劲道, c'est un travail pour et sur soi, pour développer les ressentis, en expérimenter les effets et ainsi être en mesure d'utiliser le jin. Au dernier niveau, c'est avoir totalement intégré les règles qui traversent le Ciel-Terre et ainsi commencer à raffiner la voie xiu dao 修道, but ultime de toute pratique.

Dates

29 juin 2027* à **Toulouse** (lieu à déterminer)

En partenariat avec Yi taichi, La Grue et le Serpent, Wushu Aikido Tarn

*Date sous-réserve de modification



Taijiquan

La force martiale du non-agir et du non-combattre - 无为无争的力量

Non-agir et non-combattre au cœur d'un art martial ? Toujours la même contradiction apparente et sans doute parmi les questionnements les plus courants parmi nos élèves.

Et pourtant, **wú wéi** 无为 et **wú zhēng** 无争 sont des notions si centrales dans la culture taoïste qu'il est impossible qu'elles n'influencent pas la conception même de la pratique. A l'inverse, il est tout à fait possible, voire profitable d'arriver à dépasser cette contradiction.

Cet enseignement propose de vérifier par soi-même la véracité de son titre !

Pratiquer avec le Daodejing

Pratiquer le taijiquan au travers du prisme du Daodejing, c'est accepter de faire évoluer son mode de pensée — pour que ce qui est difficilement imaginable, un art martial sans la martialité telle que nous la concevons, puisse entrer dans le champ des possibles. Comme il y a différentes façons de manger, tout dépend de ce que l'on choisit de mettre au centre.

Arts internes, arts externes : traverser la même porte

Le professeur certifié qui organise cet atelier vient lui-même des arts martiaux externes — cela a fait partie pour lui des grands apprentissages ! Que vous veniez des arts internes ou des arts externes, c'est une occasion pour vous de revisiter votre pratique.

Dates

13 février 2027 à Aix-les-Bains - 17h30-20h30
Atelier de 3 heures alliant explicitations des notions taoïstes, pratique du taiji et applications martiales

en partenariat avec Hosukwan



Wudang Baguazhang

武当八卦掌

Le Bagua Zhang prend sa source dans le Classique des changements, le Yi Jing.

Les mouvements sont exécutés dans les huit directions, les changements de paumes et de pieds suivent les transformations du Ying Yang selon le diagramme des huit trigrammes.

Evoluant dans un cercle, les mouvements spiralés travaillent la souplesse du corps, son agilité, sa mobilité ainsi que la coordination.

Dates

8-9 février 2027 à **Paris** (lieu à déterminer)

9h-12h/14h-17h

25-27 juin 2027 en **Bretagne** (lieu à déterminer)

en partenariat avec Terre d'Asie



Contenus

Paris - Asseoir les fondamentaux & « huoshi-iser* » sa pratique

Après un travail de fond sur les fondamentaux, un zoom spécifique sera fait sur les 3 maux, et 9 essentiels au cœur de la structuration de la pratique.

Ensuite, nous apprendrons à travailler en 活勢 huoshi, « vivant, plein de vitalité » — c'est-à-dire à développer une pratique reliée où naissent cercles et spirales, dans le respect de la structuration du corps et du corps énergétique - Seules 2 ou 3 des 8 paumes seront enseignées pour faire la place au travail de fond.

** Il y a 3 manières de pratiquer le bagua : 定勢 dingshi (décomposé), 活勢 huoshi (pratique fluide, agile et mouvements reliés), 变勢 bianshi (infinies transformations). Les fondamentaux correspondent au travail en décomposé, au statique et à la marche en cercle . **Huohi-ser sa pratique** revient à porter son attention sur le chaînage du mouvement pour une pratique en pleine vitalité qui porte la marque de l'aisance du dragon et de la danse du phénix, avant le stade suivant— quand on a fusionné avec les règles, celui du pouvoir des 10 000 transformations dans un tourbillon de cercles et spirales.*

Bretagne - L'art de l'échange

Bagua zhang, travail à deux et tuishou : apprendre à écouter, répondre et s'adapter au contact de l'autre.

En cohérence avec les orientations du Maître, cet enseignement sera combiné avec un travail autour des fondamentaux.

Les armes

L'épée des 7 étoiles - 七星劍

Le Wudang Qīxīng Jiàn 武当七星劍 est une forme d'épée avancée particulièrement tonique, issue de la tradition interne de Wudang. qui unit la précision martiale et la profondeur symbolique. L'épée suit le corps (jiàn suí shēn zǒu), l'intention guide l'épée (yǐ yì lǐng jiàn), et chaque mouvement s'inscrit dans la cosmologie taoïste et la géométrie de la Grande Ourse (Běidǒu Qīxīng).

La stratégie repose sur une défense qui porte déjà l'attaque (zhòng shǒu zhōng dài gōng) et sur l'art de répondre après pour mieux contrôler (hòu fā zhì rén).

Les pas — plus de vingt méthodes — tracent les directions stellaires, tandis que les treize techniques de l'épée structurent le maniement de la lame.

Au-delà de la recherche d'union du corps et du cœur avec l'épée, cette forme vise à « unir en soi le qi des Sept Étoiles » (内合七星之气 nèi hé qīxīng zhī qì).

Dates

30 juin 2027* à **Toulouse** (lieu à déterminer)
en partenariat avec Yi taichi, La Grue et le Serpent, Wushu Aikido Tarn

*Date sous-réserve de modification



Les armes

Le bâton du Guerrier du Mystère

武当玄武棍

Le bâton du Guerrier du Mystère 玄武棍 est une méthode traditionnelle de maniement du bâton, appartenant aux transmissions secrètes de l'école interne et provenant du système historique de bâton des gardiens des temples chargés d'en protéger l'enceinte. Elle constitue une branche majeure des armes de Wudang basée sur un entraînement conjoint du corps, de l'esprit et de l'outil, dans l'esprit d'une arme qui porte la Voie plutôt que de servir l'agression.

La pratique du bâton repose sur quatre principes internes (cœur calme, qi abaissé, shen concentré, force fluide) et s'articule autour de sept techniques fondamentales comme : frapper-en-pique, pointer, soulever.

Les 51 mouvements couvrent l'ensemble des aspects pratiques : transitions attaque-défense, coordination des pas, gestion du rythme et structure du corps.

Cette méthode combine la vivacité du serpent et la stabilité de la tortue, attributs du Guerrier du Mystère (玄武) et symboles du Wudang.

Son exécution intègre profondément la pensée taoïste : le travail se fait lentement, avec douceur, tout en accumulant une force interne cachée, qui explose soudainement au moment du contact, expression profonde de l'union du dur et du souple.

Dates

30 juin 2027* à **Toulouse** (18h30-21h)

en partenariat avec Yi taichi, La Grue et le Serpent, Wushu Aikido Tarn

*Date sous-réserve de modification

Dans cet atelier, fidèle à sa méthode, le Maître donnera les clefs de la pratique dans toutes ses dimensions, abordera les jibengongs et travaillera quelques-uns des mouvements les plus représentatifs. Les débutants découvriront une pratique exigeante et puissante ; les plus expérimentés affineront la leur au contact d'un grand Maître et repartiront avec une direction pour leur progression.



Les enseignements d'été

Ouverts à tous

Chaque année, les enseignements d'été sont l'occasion de réunir tous les pratiquants des Arts internes de Wudang autour de Maître Yuan Limin, de ses invités et des professeurs assistants dans un lieu propice à la pratique.

Les enseignements sont organisés autour des 5 piliers, avec notamment des ouvertures sur le fond culturel taoïste également propices à l'entretien de la santé et à la cultivation.

Dates

4-9 juillet 2027 au Domaine de Lembrun

Accueil le 4 juillet au soir

Enseignements du 5 au 9

Départ le 10 au matin



Nos cursus

En complément des stages ou cycles dits « Tout public » qui ont tous la signature Wudang Gong Dao, une manière de travailler, les 5 piliers etc... mais ne demandent aucun pré-requis et peuvent être suivis à la carte, vous pouvez souhaiter vous engager dans un enseignement s'inscrivant dans une transmission par l'intermédiaire d'un Maître qui vous accompagne dans votre cheminement et votre progression.

C'est la direction que Maître Yuan Limin a choisi de donner à notre association. L'esprit qui a présidé à sa création et qui ne cesse aujourd'hui encore de nous animer.

Les cursus offrent cette possibilité de continuité, de cohérence et d'accompagnement, de partage d'une ambition commune. Ils intègrent les notions de temps et de termes plus long, tout en permettant de répondre dans la mesure du possible à des souhaits et objectifs différents.



Objectifs

Les cursus d'approfondissement concernent une approche avant tout individuelle. L'implication est sans doute plus grande que dans un Tout public avec plus de travail personnel et de régularité demandés. Également cela permet de bénéficier de la richesse des 5 piliers qui se dévoilent au fur et à mesure.

La certification répond à un objectif de transmission des enseignements (zushi 祖师 depuis les ancêtres fondateurs tels que Zhang Sanfeng) par les professeurs eux-mêmes avec les exigences et responsabilités associées dans le respect de l'esprit de l'association. Il est demandé ainsi par exemple d'être en capacité à terme d'intégrer les 5 piliers dans son enseignement.

Modalités

Documents pédagogiques

Quel que soit le cursus, vous bénéficiez d'une base de documents pédagogiques. Celle-ci est mise à disposition soit sur un drive (non diffusable), soit en consultation sur une période de temps pré-définie via notre plate-forme de e-learning.

Pour les professeurs, la base pédagogique est plus conséquente avec une mise à disposition de documents spécifiques Wudang Gong Dao qu'ils peuvent transmettre à leurs propres élèves.

Nature de l'accompagnement

Pour tous : facilitation de l'accès aux enseignements de Maître Yuan Limin par qualité de la traduction et la contribution des professeurs certifiés pour fluidifier l'apprentissage. Pour les professeurs certifiés : accompagnement spécifique par le Maître à partir du niveau 2.

Modalités d'évaluation

Pas d'évaluation pour les cursus de Formation Initiale.

Montrer sa pratique avec commentaires du Maître pour les cursus d'approfondissement.

Pour les cursus de professeurs, sachant qu'il s'agit d'un enseignement dans le cadre d'une transmission, les examens - théorie et pratique - interviennent à la fin de chaque niveau (il y en a 6) selon les critères définis par Maître Yuan. Les professeurs peuvent également être mis en situation d'enseignement et bénéficier des orientations du Maître.

La formation initiale

Nous proposons une formation en arts internes de Wudang ouverte à tous, donnée par Maître Yuan Limin et ses professeurs certifiés qui s'échelonne sur 3 ans et donne accès à un « certificat de formation initiale ».

Ce cursus, au-delà de l'apprentissage des formes permet d'entrer dans la compréhension de la pensée taoïste au travers de la pratique en lien avec l'approfondissement des textes.

Des documents pédagogiques (retranscriptions de conférences, des vidéos, des documents écrits sur les formes étudiées, l'esprit de la pratique et la culture taoïste (musique, études sur le Dao De Jing...) vous sont fournis tout au long de ces trois années

Inscriptions ouvertes pour notre nouvelle promotion 2026-2029

Consulter notre site www.wudang-gong-dao.org

Programme

1ère année

Les 5 animaux du Wudang - tortue, grue, tigre, serpent
Les 13 principes pour une pratique aisée du taijiquan

2ème année

Révisions
Wudang Dan dao taijiquan

3ème année

Les 5 animaux du Wudang - le dragon
Boxe des 18 mouvements du Wudang

Tout au long du cursus

Les fondamentaux
Théorie de la pratique et structuration du corps énergétique
Compréhension des notions clefs du taoïsme, étude du Dao De Jing, connaissance de la culture du Wudang



Le cycle d'approfondissement

Cette proposition est née d'un besoin pour nos élèves qui ont terminé leurs trois années de formation initiale et ne souhaitent pas rejoindre la certification de professeurs. Elle s'adresse également à celles et ceux qui suivent Maître Yuan limin et pratiquent les Arts internes de Wudang depuis plusieurs années.

Dans l'esprit d'une transmission, cela peut se prolonger tant que vous le souhaitez. Une manière de développer son gongfu et d'avancer sur la voie de la cultivation sous la guidance bienveillante et bien présente de Maître Yuan dans un cadre structuré.

Programme

Les objectifs de ce cycle sur 1 à 2 ans ou plus sont :

- ouvrir le champ du taijiquan
- développer la maîtrise des fondamentaux de la pratique et l'intégration des règles dans le corps
- aborder jindao, la voie du jin (force interne) .
- approfondir le lien de la compréhension de la pratique par les Classiques et la vie quotidienne.

S'agissant d'un approfondissement, les contenus peuvent évoluer.



Les cycles de certification de professeurs

Une transmission sur les 5 piliers

Cette certification s'adresse à ceux qui désirent enseigner les arts internes du Wudang ou l'enseignement déjà en France et en Europe et souhaitent bénéficier d'une structuration pédagogique, une traduction de qualité et un accompagnement uniques, impulsés par le Maître dans le cadre de Wudang Gong Dao.

Les enseignements sont structurés sur les 5 piliers - quan gong li fa de et sur 6 niveaux.

Ils sont dispensés par Maître Yuan Limin éventuellement assisté par des professeurs déjà certifiés et concernent aussi bien l'approfondissement des formes, que la connaissance du taoïsme et de la culture chinoise.

Ce cycle ouvre à l'entrée en cursus à la certification de professeurs puis aux autres niveaux, et permet d'enseigner au nom du Maître.

Vous rejoignez un réseau fort d'une 50aine de professeurs.

Inscriptions ouvertes pour l'entrée en préparation à la certification en septembre 2026.

Consulter notre site www.wudang-gong-dao.org

Programme

Disponible sur notre site

www.wudang-gong-dao.org

"Nos enseignements"

Un réseau vivant

Notre réseau tire sa force de sa diversité.

Nos membres, d'abord, que nous remercions chaleureusement pour leur fidélité : ils font vivre Wudang Gong Dao au quotidien.

Les bénévoles, qui œuvrent dans l'ombre. Leur engagement discret mérite pleinement d'être mis en lumière.

Les professeurs, pierre angulaire de la transmission entre le Maître et les pratiquants, ils bénéficient d'un accompagnement spécifique tout en restant pleinement eux-mêmes, riches de leur propre parcours. Ils permettent d'inscrire votre apprentissage dans une véritable continuité.

L'école du Maître, 三丰武术学校 (École d'arts martiaux Sanfeng) à Wudang, offre un lieu à l'ambiance singulière pour avancer dans son parcours. Le Maître y est d'une réelle proximité avec les pratiquants, une chance rare et particulièrement précieuse.

Le réseau du Maître, enfin, qui ouvre la voie à des enseignements d'ouverture d'une grande qualité, en parfaite cohérence avec notre lignée.



Nos professeurs certifiés

Une transmission fidèle

Le chemin du gong est personnel, libre, mais jamais isolé. Il s'appuie sur un réseau de professeurs certifiés par Wudang Gong Dao, formés dans la lignée directe de Maître Yuan Limin. Une fois certifiés, toutes et tous continuent à suivre les enseignements du Maître, soit dans le cadre d'un cursus, soit en lui présentant leur pratique chaque année. Cette exigence garantit l'authenticité de la transmission dans le temps, par un lien solide avec la source première.

C'est en cela que réside la certification : un sceau de la transmission, à distinguer d'une certification d'État.

Ce réseau est l'ossature essentielle de Wudang Gong Dao. Il relie les élèves à une tradition, à une école, à une direction.

N'hésitez pas à les suivre sur notre site et les leurs pour vous tenir au courant.

Le cursus se structure en six niveaux et autour des cinq piliers (cf. pages dédiées).

Aujourd'hui, ils sont une cinquantaine, répartis en France et en Italie, à transmettre les arts internes du Wudang avec exigence, et humilité et engagement.

Une devise commune, un esprit et un socle d'enseignements partagés réunissent les professeurs, tout en laissant à chacun sa propre spécificité. Cette source unique fait que, lorsque vous revenez travailler avec le Maître, rien ne vous surprend : vos apprentissages s'en trouvent consolidés.

Les formes enseignées par nos professeurs sont :

- Taijiquan : les 13 principes, les 13 potentiels, le Wudang Weitaiji, le Wudang dandao taijiquan, les 36 mouvements
- Armes : l'épée du taiji, l'épée des 7 étoiles
- Wudang bagua zhang
- Yangsheng : les 5 animaux du Wudang pour nourrir la vie, zaowangon selon Zhang sanfeng

Notre école mère à Wudang

Wudang Sanfeng Martial Arts school

Située à proximité des montagnes sacrées de Wudang, l'école de Maître Yuan Limin et de Maître Tian Lifang est un lieu d'apprentissage, de transmission et de transformation, dédié à la culture taoïste et aux arts martiaux internes de la lignée traditionnelle de Xuan Wu Pai.

Ouverte aux enfants comme aux adultes, elle accueille des élèves de toutes nationalités dans un esprit d'harmonie et offre un cadre idéal pour l'étude approfondie des arts martiaux internes de Wudang en alliant exigence et bienveillance en immersion dans un environnement propice.

L'éventail des pratiques enseignées — qigong, taiji, xinyi, bagua, armes... — est vaste. Une immersion dans l'école, représente plus que cela puisqu'elle correspond à l'ambition et aux cinq piliers évoqués au début de ce programme.

Dans la pratique des arts internes, il est courant de parler de dòng jìng jié hé 动静结合, réunir le calme et le mouvement, le mobile et l'immobile; de xìng mìng shuāng xiū 性命双修, raffiner conjointement la nature intime profonde et le corps. Au-delà de la pratique elle-même, c'est exactement ce que l'on ressent ici, et qui nous est facilité. Proximité du Maître et besoin d'autonomie dans l'apprentissage.

Contact

www.wudang-sanfeng.fr



Nos adhérents

En adhérant à Wudang Gong Dao, vous soutenez le sens de l'enseignement dispensé par Maître Yuan Limin et ses professeurs : le Gong – travail de l'énergie et le Dao – la Voie comme développement de la capacité au ressenti. C'est ce que nous souhaitons transmettre dans l'authenticité de notre pratique et la sincérité de notre cœur.

Vous avez également accès à des tarifs préférentiels sur les enseignements en présence du Maître et la primeur de certaines informations sur les activités et la vie de l'association et de notre école mère en Chine.

Adhérer

Pour adhérer à la saison 2026-2027 rendez-vous sur notre site internet www.wudang-gong-dao.org



L'esprit de l'association

Cœur calme et pur,
Par le non-agir, rien qui ne se fasse.
Quiétude et joie profonde dans le vide et l'indifférencié
En résonance avec la Nature

清静无为
恬淡虚无
顺其自然

Générosité et bienveillance, sans conflits
Persévérance sur le chemin
Apprendre sans cesse, pratiquer sans craindre la difficulté
Calme en toutes circonstances sans se perdre dans l'illusion,
ni forcer

包容不争
克己坚定
勤学苦练
勿忘勿助

Rassembler l'essence vitale, réunir le cœur-conscience

聚精会神

Humilité et respect pour l'enseignement des Maîtres
Honorer la Voie

恭迁礼道
尊师重道

Agenda 2026-2027

NOVEMBRE 26

7	Cycle d'enseignements gratuits - Ouvrir les routes du qi - 8h30-10h - Visio (1/3)
8	Cycle 2 - Les mécanismes secrets de notre résonance avec le Ciel pour renforcer notre pratique 8h30-11h30/13h-15h - Visio (1/3)
22	Wudang taijiquan des 48 mouvements - 8h30-11h30/13h-15h - Visio (1/3)

JANVIER 27

16-17	Les cinq animaux du Wudang pour nourrir le Vivre Montées descentes de la grue & Spirales du dragon - Vendée
-------	---

FEVRIER 27

8-9	Wudang Baguazhang - Paris - 9h-12h/14h-17h
10-11	Wudang michuan taijiquan des 36 mouvements - Paris - 9h-12h/14h-17h
12	Les cinq animaux du Wudang pour nourrir le Vivre Approfondissement Tortue, Grue, Tigre & Serpent (<i>avec prérequis</i>) - Aix-les-Bains
13-14	Les cinq animaux du Wudang pour nourrir le Vivre Les fondamentaux du dragon - Aix-les-Bains
13	Taijiquan - La puissance du non-combat et non-agir - Aix-les-Bains - 17h30-20h30
24	Les cinq animaux du Wudang pour nourrir le Vivre La tortue : longévité, énergie des reins et assise dans la vie - Avignon

MARS 27

6	Cycle 1 - Le nom des points d'acupuncture, une voie vers le gongfu 8h30-11h30/13h-15h - Visio (1/3)
7	Cycle 2 - Les mécanismes secrets de notre résonance avec le Ciel pour renforcer notre pratique 8h30-11h30/13h-15h - Visio (2/3)
14	Wudang taijiquan des 48 mouvements - 8h30-11h30/13h-15h - Visio (2/3)

AVRIL 27

17	Cycle 1 - Le nom des points d'acupuncture, une voie vers le gongfu 8h30-11h30/13h-15h - Visio (2/3)
18	Cycle d'enseignements gratuits - Clarifier ses choix : techniques 拳术, méthodes 拳法 ou Dao 拳道 de la « boxe » ? - 8h30-10h - Visio (2/3)

MAI 27

2	Cycle 2 - Les mécanismes secrets de notre résonance avec le Ciel pour renforcer notre pratique 8h30-11h30/13h-15h - Visio (3/3)
23	Wudang taijiquan des 48 mouvements - 8h30-11h30/13h-15h - Visio (3/3)

Agenda 2026-2027

MAI 27

29	Cycle 1 - Le nom des points d'acupuncture, une voie vers le gongfu 8h30-11h30/13h-15h - Visio (3/3)
30	Cycle d'enseignements gratuits -Zhang San Feng : au-delà du taiji, l'ampleur d'un héritage pour la pratique d'aujourd'hui -8h30-10h - Visio (3/3)

JUIN 27

19-20	Les cinq animaux du Wudang pour nourrir le Vivre Le dragon dans tous ses états - Suisse
25-27	Wudang Baguazhang L'art de l'échange - Renforcement des fondamentaux. Travail à deux & tuishou - Bretagne
29	Wudang Taijiquan des 13 potentiels - Toulouse
30	Épée des 7 étoiles - Toulouse
30	Le bâton du Guerrier du Mystère - Toulouse - 18h30-21h

JUILLET 27

4-9	Les enseignements d'été au Domaine de Lembrun
-----	--

AVRIL 27



武当功道

WUDANGGONGDAO

— 以道顯武 以武入道 —

NOUS CONTACTER

mail : contact@wudang-gong-dao.org

secretariat@wudang-gong-dao.org

Tel : +33 (0)6.84.08.48.91

NOUS SUIVRE

web : www.wudang-gong-dao.org

fb : www.facebook.com/WudangGongDao

insta : <https://www.instagram.com/wudanggongdao>