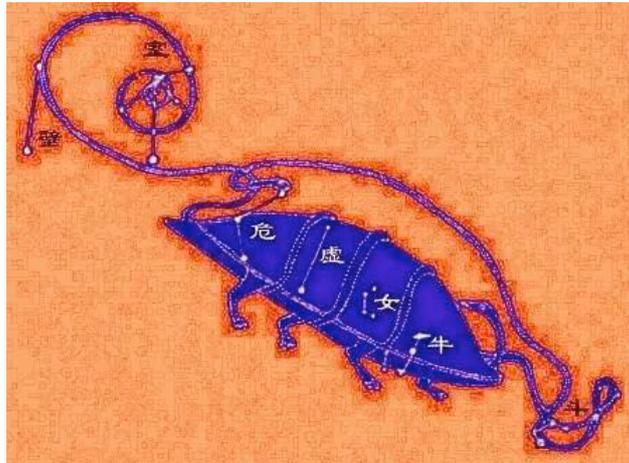




association  
du vent dans les arbres

**Rentrée 2022-2023**  
**Cycle de formation sur le Wudang wu xing gong - Qi gong des 5 animaux du Wudang**  
**Ouvert à tous**



Ce cycle de formation sur les 5 animaux du Wudang sera assuré par Karine Courville / Yuan Weiyi dans la lignée de Maître Yuan Limin dont elle est la disciple en France depuis 2016 et certifiée professeure de niveau 2 dans son association Wudang Gong Dao dont elle est cofondatrice.

La transmission repose sur l'apprentissage des formes et un état d'esprit en lien avec la pensée du Dao. Mouvements du corps et de l'esprit sont réunis dans l'Unité, à l'image de la Nature en constante transformation, le geste est porté par les piliers du Ciel-Terre avec l'Homme au milieu, à sa juste place, retrouvant dans la pratique sa nature intime et profonde. Ainsi, l'apprentissage devient un chemin qui mène à une joie simple, à une bonne santé, et aide à trouver une vie équilibrée dans le monde.

Cette proposition vous permettra d'entrer dans la profondeur des arts internes de Wudang au travers de l'apprentissage des 5 formes et d'un apport théorique traditionnel avec des supports qui vous seront fournis.



association  
du vent dans les arbres

*Le Wudang Wu Xing gong (ou Qi Gong des 5 éléments du Wudang) est un Qi Gong originaire des monts du Wudang dans la province de Hubei en Chine. C'est une pratique taoïste du Yang sheng (Nourrir le vivre) qui utilise les animaux (Tortue, Grue, Tigre, Serpent et Dragon) pour illustrer et exprimer un des principes essentiels de la pensée chinoise à savoir que la nature humaine suit le rythme de la nature universelle. Selon la pensée taoïste le « cœur-conscience », le corps et la Nature peuvent par le biais de la pratique se trouver réunis en l'homme et le conduire à un bonheur simple et à une vie harmonieuse. Chaque animal représentant un des 5 éléments de la nature (saison, élément, organe ...) En pratiquant on se relie peu à peu à la nature universelle pour finalement rencontrer notre propre nature celle qui émerge d'elle-même simplement par la répétition des mêmes mouvements selon ses possibilités, sa condition physique, dans le respect du corps pour trouver en soi-même la stabilité de la tortue, la souplesse du serpent, la légèreté de la grue, la puissance du tigre ou la liberté du dragon.*

Ce cycle demande un engagement sur une année, la formation sera ouverte avec un minimum de 5 participants. Il est rythmé sur 5 dimanches et se terminera par deux jours entre juin et juillet (dates, lieu et tarif à définir). Les cours auront lieu à Bordeaux au Dojo 13, rue Tiffonet (Proche de la place de la Victoire et de la Gare saint-Jean).

#### **Dates**

9h30 à 12h30 et de 14h à 17h

- ✓ 23 octobre 2022 Tortue
- ✓ 4 décembre 2022 Grue
- ✓ 29 janvier 2023 Tigre
- ✓ 2 avril 2023 Serpent
- ✓ 14 mai 2023 Dragon
- ✓ Deux jours en juin ou juillet

#### **Tarif**

*(ce tarif n'inclut pas le dernier week-end)*

- ✓ 400€ le cycle complet
  - ✓ 15€ Adhésion à l'association
- Du vent dans les arbres*

*(Possibilité de régler en trois chèques à l'inscription)*

*Réductions de 10% étudiants, chômeurs (sur présentation d'un justificatif)*



association  
du vent dans les arbres

## BULLETIN D'INSCRIPTION

### Cycle de formation sur le Wudang wuxing gong - Qi gong des 5 animaux du Wudang 2022-2023

Merci de nous faire parvenir ce bulletin dûment rempli pour valider votre inscription à l'adresse suivante : Du vent dans les arbres - 8, rue Borie - 33300 Bordeaux

Votre inscription sera définitive à réception du règlement total.

Nom/Prénom : .....

Association : .....

Adresse : .....

.....

Code Postal : ..... Ville : .....

Pays : .....

Téléphone : ..... E-mail : .....

Je souhaite une facture  (préciser à quel nom) :

#### **Je m'inscris au cycle**

- Je règle le cycle :  en une fois (400€)  en trois fois (joindre 3 chèques de 134€)
- Je règle mon adhésion de 15€ à l'association Du vent dans les arbres

#### étudiant, chômeur (joindre un justificatif)

- Je règle le cycle :  en une fois (360€)  en trois fois (joindre 3 chèques de 120€)
- Je règle mon adhésion de 15€ à l'association Du vent dans les arbres

**Responsabilité civile** Je déclare être couvert.e par une assurance responsabilité civile

**Droit à l'image** J'autorise  je n'autorise pas  l'association Du vent dans les arbres à utiliser des photos et extraits de films me représentant réalisés pendant les stages pour valoriser et faire connaître ses activités.