

Association



Souffle et Vie

18 rue Alcide de Gasperi
44400 REZE



Cours découvertes gratuits tout au long de la saison

Association



Souffle et Vie

18 rue Alcide de Gasperi
44400 REZE



Cours découvertes gratuits tout au long de la saison

ARTS CLASSIQUES DU TAO

MOUVEMENTS ÉNERGÉTIQUES CHINOIS
école San Yi Quan

道引法氣功

DAO YIN FA
QI GONG

太極拳

TAIJIQUAN

靈道棍

BATON

EVENTAIL

XING YI
QUAN



ASSOCIATION SOUFFLE ET VIE
Tél. 06 52 77 96 75 - contact@souffle-et-vie.org
www.souffle-et-vie.org

ARTS CLASSIQUES DU TAO

MOUVEMENTS ÉNERGÉTIQUES CHINOIS
école San Yi Quan

道引法氣功

DAO YIN FA
QI GONG

太極拳

TAIJIQUAN

靈道棍

BATON

EVENTAIL

XING YI
QUAN



ASSOCIATION SOUFFLE ET VIE
Tél. 06 52 77 96 75 - contact@souffle-et-vie.org
www.souffle-et-vie.org

Les Arts Classiques du TAO de l'Ecole SAN YI QUAN

L'association *Souffle et Vie* propose les enseignements de l'école du 'Poing des Trois Harmonies' qui constitue la filiation tant du DAOYIN QIGONG du LING PAO MING que du XING YI QUAN tels qu'ils sont transmis depuis plusieurs siècles. *Georges CHARLES*, auteur de nombreux ouvrages et articles sur les Arts Classiques du Tao, est le responsable de cette école.

Les cours sont assurés par plusieurs enseignants diplômés de cette école.

DAO YIN FA

DAO YIN FA signifie "Travail énergétique permettant la nutrition du principe essentiel". Cet art millénaire a pour but de "fortifier le corps, développer les sens, et d'éveiller l'Esprit". La pratique se doit d'être plaisante et d'exprimer la joie de vivre. Ces techniques classiques comportent des auto-massages ainsi que des mobilisations. Le DAO YIN FA, est une méthode globale qui considère l'Être Humain comme une unité énergétique entre Ciel et Terre. Elle permet d'entretenir la santé, de maintenir et de développer l'Veuil, l'Ouverture, l'Activité.

TAIJIQUAN

Signifiant littéralement « Poing du Grand Faîte » ou « Poing du Faîte Ultime » cet art du mouvement est à la fois un art martial, chevaleresque et une pratique de réalisation liée à la philosophie chinoise.

LE BATON

Les anciens Chinois nommaient le bâton "Mère de toutes les armes" Il était considéré à la fois comme un outil, une arme et un instrument symbolique de pouvoir. La pratique englobe plusieurs aspects classiques du travail du bâton : énergétique, martial ou symbolique... au travers de plusieurs formes : le Bâton support de l'Energie Corporelle, le Bâton du Paysan, le Bâton du Guerrier, le Bâton de l'Officier, le Bâton du Maréchal, le Bâton du Magicien.

EVENTAIL

Très pratique pour son côté rafraîchissant en été, il n'en demeure pas moins une arme. Il s'utilise ouvert comme fermé dans une succession de mouvements fluides et spiralés. En solo ou avec partenaire, sa pratique permet de développer et renforcer l'équilibre et la souplesse

Saison 2022/2023	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI	DIMANCHE
NANTES Quartier Dervallières 3 rue Auguste Renoir			DAOYINFA 18h30 à 20h00		
REZE Salle J B Marchais 8 rue des Roquios	TAIJI- QUAN 19h00 à 20h30				
REZE Gymnase A. Perrichon rue du Parc Ferrand)				Ateliers mensuels de pratique 20h00 à 21h30	ATELIER EVENTAIL 1/mois 10h00 à 12h30
REZE Salle de L'ilette CSC du Château—Allée de Provence			DAOYINFA 19h15 à 20h30		
REZE Gymnase Chêne Creux rue des Landes Belleville	BATON 20h30 à 22h00	BATON 18h30 à 20h00			

*La pratique et surtout l'étude de celle-ci, est principalement basée sur la répétition...
L'enseignant donne l'impulsion mais le résultat appartient au pratiquant.*

Les Arts Classiques du TAO de l'Ecole SAN YI QUAN

L'association *Souffle et Vie* propose les enseignements de l'école du 'Poing des Trois Harmonies' qui constitue la filiation tant du DAOYIN QIGONG du LING PAO MING que du XING YI QUAN tels qu'ils sont transmis depuis plusieurs siècles. *Georges CHARLES*, auteur de nombreux ouvrages et articles sur les Arts Classiques du Tao, est le responsable de cette école.

Les cours sont assurés par plusieurs enseignants diplômés de cette école.

DAO YIN FA

DAO YIN FA signifie "Travail énergétique permettant la nutrition du principe essentiel". Cet art millénaire a pour but de "fortifier le corps, développer les sens, et d'éveiller l'Esprit". La pratique se doit d'être plaisante et d'exprimer la joie de vivre. Ces techniques classiques comportent des auto-massages ainsi que des mobilisations. Le DAO YIN FA, est une méthode globale qui considère l'Être Humain comme une unité énergétique entre Ciel et Terre. Elle permet d'entretenir la santé, de maintenir et de développer l'Veuil, l'Ouverture, l'Activité.

TAIJIQUAN

Signifiant littéralement « Poing du Grand Faîte » ou « Poing du Faîte Ultime » cet art du mouvement est à la fois un art martial, chevaleresque et une pratique de réalisation liée à la philosophie chinoise.

LE BATON

Les anciens Chinois nommaient le bâton "Mère de toutes les armes" Il était considéré à la fois comme un outil, une arme et un instrument symbolique de pouvoir. La pratique englobe plusieurs aspects classiques du travail du bâton : énergétique, martial ou symbolique... au travers de plusieurs formes : le Bâton support de l'Energie Corporelle, le Bâton du Paysan, le Bâton du Guerrier, le Bâton de l'Officier, le Bâton du Maréchal, le Bâton du Magicien.

EVENTAIL

Très pratique pour son côté rafraîchissant en été, il n'en demeure pas moins une arme. Il s'utilise ouvert comme fermé dans une succession de mouvements fluides et spiralés. En solo ou avec partenaire, sa pratique permet de développer et renforcer l'équilibre et la souplesse

Saison 2022/2023	LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI	DIMANCHE
NANTES Quartier Dervallières 3 rue Auguste Renoir			DAOYINFA 18h30 à 20h00		
REZE Salle J B Marchais 8 rue des Roquios	TAIJI- QUAN 19h00 à 20h30				
REZE Gymnase A. Perrichon rue du Parc Ferrand)				Ateliers mensuels de pratique 20h00 à 21h30	ATELIER EVENTAIL 1/mois 10h00 à 12h30
REZE Salle de L'ilette CSC du Château—Allée de Provence			DAOYINFA 19h15 à 20h30		
REZE Gymnase Chêne Creux rue des Landes Belleville	BATON 20h30 à 22h00	BATON 18h30 à 20h00			

La pratique et surtout l'étude de celle-ci, est principalement basée sur la répétition...