

Programme des stages 2018

Bourgogne & Rhône Alpes



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch

*Une pratique pour répondre à nos besoins
d'équilibre personnel, de vitalité,
de liberté corporelle, de conscience d'être,
d'unité, d'harmonie et de Paix.*

L' Art du Chi

Pratiques corporelles énergétiques

Accueillir le corps pour toucher l'êtr

Depuis 1991 en Région Rhône-Alpes.

Qi Gong

Énergie vitale

Bien-êtr

Souffle

Méditation

École Internationale

Tai Ji Quan

Respiration

Espace

Relaxation

Écoute intérieure

Un art

Art corporel millénaire, l'Art du Chi allie des techniques énergétiques traditionnelles (Qi Gong) à des mouvements lents favorisant la circulation de l'énergie dans le corps (Tai Chi). Il est aujourd'hui diffusé dans 15 pays par 280 enseignants selon une méthode progressive, adaptée à l'esprit occidental : la Méthode Stévanovitch.

Un enseignement

Axé sur le bien-être, la santé et la conscience du fabuleux potentiel humain, l'Art du Chi intègre le corps et l'esprit dans son exploration de l'énergie vitale, le Chi. Cette attention au Chi confère à nos mouvements légèreté, plénitude, intégration dans l'espace et lien avec les forces de la nature. Elle offre au pratiquant des possibilités d'une formidable exploration intérieure.

www.artduchi-alpesbourgogne.com

Anne-Marie Vessylier & Thierry Chastaing

Une possible Voie

L'Art du Chi s'ancre dans le corps. C'est par lui que nous mobilisons le Chi et atteignons les couches profondes de l'êtr. La conscience s'élargit, la perception de la réalité se transforme, notre rapport au monde change. Cette recherche fait de cet enseignement une possible Voie.



Sommaire

- Art du Chi «intégral»** — 10 profs dont Anne-Marie (AM) et Thierry (TH) château du Goutelas — tous niveaux — Week-end Ascension - 10/13 **MAI 2018** page 3
- Le Chi en médecine** (niveau 1) — AM — Centre Art du Chi Bourgogne médicaux, Para-médicaux — du samedi 09 au mercredi 13 **JUIN** page 4
- Présentation du centre art du Chi Bourgogne** page 5
- Art du Chi 127 postures** — AM & TH — Centre Art du Chi Bourgogne Praticquants avancés — du samedi 23 au mercredi 27 **JUIN** page 6
- Art du Chi & Cercle de femme** — AM — Centre Art du Chi Bourgogne réservé aux femmes — du samedi 14 au jeudi 19 **JUILLET** page 7 j
- Art du Chi & Revitalisation** — TH — Centre Art du Chi Bourgogne 24, 108, 127 postures — du samedi 21 au mercredi 25 **JUILLET** page 8
- Art du Chi à Combloux** — AM & TH — Manoir des Brons débutants, 24 et 108 p. — du vendredi 27 au lundi 30 **JUILLET** page 9
- Art du Chi & Vacances** — AM & TH — Centre Art du Chi Bourgogne tous niveaux — période allant du samedi 04 au jeudi 16 **AOÛT** page 10
- Art du Chi par Tai Chi Lyon** — Eric Sampol, Ivola Demange, AM & TH au Centre Art du Chi Bourgogne — du samedi 18 au mercredi 22 **AOÛT** page 11
- Art du Chi & Randonnée en Himalaya** — AM — Daramshala 24, 108 et 127 postures — Toussaint du samedi 20 octobre au 03 **NOVEMBRE** page 12
- A découvrir**
- Cycle de formation personnelle Art du Chi** — Ain et centre art du Chi Bourgogne — niveaux inter/avancés de fin **SEPTEMBRE 2018 à JUILLET 2020** — AM & TH page 13
- A découvrir**
- Groupe permanent de recherche** — Ain et centre art du Chi Bourgogne — niveaux avancés — **SEPTEMBRE 2018 à JUILLET 2024** — AM & TH page 14



Anne-Marie Vessylier - ENSEIGNANTE

Professeure déléguée à la formation personnelle de l'Ecole de la Voie Intérieure, elle est également thérapeute depuis plus de 25 ans. Elle transmet l'enseignement de l' Art du Chi depuis 1994 lors de cours hebdomadaires et de stages en France, Suisse, Italie, Inde.

Diplômée de trois fédérations + agrément Jeunesse et Sports, elle s'est formée auprès de Vlady Stévanovitch de 1991 à 2005 et poursuit son engagement auprès de Michèle Stévanovitch directrice de l'école et garante de la transmission.

Stage & évènement - Art du Chi «intégral»

Week-end Ascension - du jeudi 10 au dimanche 13 mai 2018
Centre culturel du Château de Goutelas - Marcoux / Loire.



Éveiller les mains pour éveiller la conscience.

Tout commence par le corps. L'écoute de soi dans le corps. Détente musculaire, automassage des mains, respiration, exercices de Qi Gong : les chemins d'exploration sont divers. Peu à peu, la respiration se libère, le corps s'assouplit, les mains acquièrent une sensibilité nouvelle.

L'Art du Chi se fait perception.

🌀 les particularités de ce stage hors du commun

- enseignement tous niveaux : débutant, 24, 108 et 127 postures.
- **une équipe de dix d'enseignants** avec Anne-Marie et Thierry.
- un enseignement complet incluant une approche des Bijas mantras (sons harmonisants) et du Kiriki-do (forme rapide)

INITIATION, le jeudi 10 mai de 10h à 12h30 et de 15h à 18h pour les débutants qui ne désirent pas participer à l'ensemble.

❖ Goutelas, Centre Culturel - www.chateaugoutelas.fr

Afin de bien saisir l'histoire et les qualités de cette demeure; voir le site. Le Centre culturel de Goutelas est un creuset de réflexions et d'initiatives de développement.

Côté hébergement, il est possible de se loger en chambre double. La nourriture de qualité offre des possibilités de restauration pour tous. (végétarien...). Les personnes n'ayant pas besoin d'hébergement peuvent participer au stage en formule «hors/place».

✿ L'enseignement se déroule sous forme de 4 séances par jour (de 1h15) avec pauses et repas intercalés,

- alternance entre les cours par groupe de niveau et les cours en grand groupe. / alternance entre la pratique des mouvements et les exercices au sol. / alternance entre les enseignants.

Les cours en mouvement ont lieu à l'extérieur (sauf mauvais temps) sur les terrasses entourant le château. Les cours au sol se déroulent en salle.

INFOS TARIFS

- enseignement : **210€/stage - 45€/journée d'initiation**
- hébergement en pension complète entre 220€ et 241€ / stage.
- hors place : 80€/stage ou 20€/jour (occupation des lieux + repas midi)

Consulter les informations complètes sur le site
www.artduchi-alpesbourgogne.com

Stage pour professions médicales et paramédicales

du samedi 09 au mercredi 13 juin au centre Art du Chi
Bourgogne - Enseignement : Anne-Marie Vessylier



Aux éditions Dangles



Vlado Stévanovitch
Fondateur de l'école.
(1925-2005)

« Il ne faut pas être avare de son énergie, c'est le don le plus précieux qu'on peut faire à autrui. Donner un peu de sa voie, du Chi. C'est parce que c'est le don le plus précieux qu'il ne faut pas le gaspiller. »

☉ **Contexte** - Toute **relation thérapeutique** repose sur des qualités d'écoute, de confiance, d'empathie, de distance, de qualité d'être, de présence.

Toute relation est un **échange énergétique**.

Ce qui rend la relation thérapeutique particulière est qu'un « soigné » attend du « soignant » une certaine « prise en charge ». De là découle légitimement une perte énergétique pour le soignant. Ce qui n'est pas à priori un problème peut le devenir si le soignant ne se ressource pas suffisamment ou ne se protège pas correctement.

La juste présence suppose la juste distance, elle permet au thérapeute de se placer dans une relation pertinente et authentique et de mettre au service du soigné ses propres outils au meilleur de leur efficacité.

Ce stage (niveau 1) met l'accent sur les éléments fondamentaux que sont :

- la qualité de présence
- la circulation énergétique
- la protection énergétique

* les grands thèmes du programme niveau 1.

Percevoir le TanTien en tant que centre physique et énergétique de son propre corps - Percevoir le Chi (l'énergie vitale) - Utiliser le Chi pour améliorer sa propre santé d'abord - Prendre conscience de la puissance de la volonté - Apprendre à se protéger contre les déperditions d'énergie.

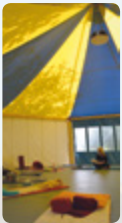
INFOS TARIFS

- enseignement : **550€/stage**
- logement : camping au centre - 18€/nuit/personne où gîtes à proximité. (demander la liste)
- restauration à la charge de chacun.
préparation collective possible sur le lieu du centre.

Consulter les informations complètes sur le site
www.artduchi-alpesbourgogne.com



L'aventure



la création du centre Art du Chi Bourgogne

Fidèles à notre projet lancé en 2010, nous avons durant l'été 2017 enseigné à plus de soixante stagiaires dans cet espace d'un hectare.

L'espace personnel est en place, permettant d'accueillir les stagiaires dans notre vaste cuisine/salon.

L'espace camping est bien aménagé avec toilettes sèches, douches, lavabos (eau chaude) et l'espace restauration avec frigo, évier & plaque de cuisson. Les tentes ou véhicules aménagés sont accueillis sur un terrain verdoyant et ombragé.

Concernant les espaces de pratique ; le sous bois avec son plan d'eau, ses grandes chênes et ses terrasses, accueille également un chapiteau tout coloré de 70m2.

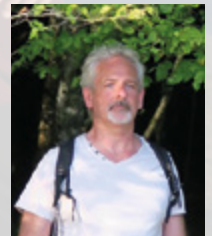
En attendant la construction sur place du gîte, l'hébergement se fait en camping ou dans les gîtes avoisinants.

Ce lieu crée de nos mains en auto et éco-construction est devenu un lieu convivial où régne une harmonie et une paix favorable à notre pratique.

www.domaine-de-la-fleche.fr

Thierry Chastaing - ENSEIGNANT & BATISSEUR DU CENTRE

Il enseigne à titre de professeur de l'école depuis 1991 lors de nombreux cours et stages en Rhône-Alpes, Suisse et Belgique. Il s'est formé auprès de Vlady Stévanovitch de 1989 à 2005. Il est souvent apprécié pour son engagement et son originalité à rendre accessible les multiples facettes cette discipline. Il a dirigé l'ensemble des travaux réalisés au domaine de la Flèche depuis sa création.



Avec l'aide de notre famille, de nos amis, des stages de formation, de notre courage et notre détermination. Nous sommes passés de la démolition en 2010 à la réalisation finale en 2017.



Stage pour pratiquants avancés - 127 postures

du samedi 23 au mercredi 27 juin au centre Art du Chi

Bourgogne - Enseignement : Anne-Marie V. & Thierry C.

INFOS SUR LA PRATIQUE



Déployer le souffle pour déployer le geste !

Tout se réunit dans le corps. La respiration devient souffle, le centre géométrique du corps se double d'un centre énergétique : le Tantien. En appui sur cet ancrage, portés par le souffle, les gestes se déploient dans l'espace, en totale résonance avec l'environnement.

L'Art du Chi se fait vibration.



☀ La forme des 127 postures

La forme des 127 postures est restée secrète beaucoup plus longtemps que les autres formes de Tai Ji Quan. Elle reste très peu enseignée de par le monde et le restera probablement. En effet, sa pratique s'étend facilement sur deux heures et son exécution demande d'être arrivé à une grande aisance dans la pratique des techniques de Chi apprises jusque là :

La respiration libre et contrôlée — le guidage du Chi dans la petite circulation — l'équilibre stable par le « Chi-belt » — constitution de la « sphère » — la perception de notre bulle énergétique...

De nouvelles pratiques sont alors apprises pour guider le Chi dans le « grand circuit », (circulation croisée) ce qui exige dextérité et puissance. La sphère devient un réservoir de Qi où nous pouvons puiser. L'échange énergétique avec les autres vivants et avec l'environnement se développe davantage. Sa propre santé, son engagement de vie ... ce n'est plus seulement une question de connaître et de pratiquer des techniques, c'est une histoire de mûrissement.

* pratiquer dans des hauts lieux vibratoires

Nous irons sans doute pratiquer sur un de ces lieux. Le Mont Beuvray, situé dans le parc du Morvan (1h15 de route).

D'un point de vue énergétique, ce site est exceptionnel car il est relié à de nombreuses Basiliques dont celle de Vezelay (45 min de route), notre second lieu de pratique. (repas et pratiques sur place pour la journée)

INFOS TARIFS

- enseignement : **260€/stage**
- logement : camping au centre - 18€/nuit/personne où gîtes à proximité. (demander la liste)
- restauration à la charge de chacun. préparation collective possible sur le lieu du centre.

Consulter les informations complètes sur le site www.artduchi-alpesbourgogne.com

Cercle de femmes avec pratique Art du Chi

*Renouer avec la tradition des cercles de femmes
pour honorer la Femme en Soi.*

samedi 14 au mercredi 18 juillet au centre Art du Chi Bourgogne

Enseignement : Anne-Marie Vessylier Thérapeute & Sophro-analyste.



Il fut un temps où les femmes, tout âge confondu, se réunissaient chaque mois dans un lieu qui leur était dédié. Dans l'intimité de cet espace, elles se transmettaient de femme à femme, de mère à fille, les mystères féminins, et se reliaient à la Femme sacrée.

Notre vie moderne, occidentalisée, nous a éloignées de ces pratiques, l'individualité prévalant sur la vie du groupe, la connaissance scientifique sur la transmission orale. Pourtant quel que soient, nos chemins de vie, nos croyances, nos aspirations, être femme nous relie les unes aux autres.

🌀 Le contenu

Ce séjour réservé aux femmes ayant déjà un peu ou beaucoup de pratique de l'Art du chi, recrée des conditions de rencontre privilégiée, d'intimité, de confiance, de paroles, de liberté et de créativité.

Chaque matinée est consacrée à la pratique de l'Art du chi. Les cours de Chi sont orientés vers l'exploration du Tantien, du Tong et de la région du creux de l'estomac, favorisant ainsi la présence, la puissance, l'ancrage ainsi qu'une plus grande liberté respiratoire et énergétique. Les cours de Tai chi sont prétextes à nous rencontrer dans l'unité, la fluidité, la communion en soi, dans le groupe, avec la nature environnante.

Chaque après-midi a sa couleur, sa sonorité et sa sensibilité. Nous explorons tour à tour nos ressentis, nos conditionnements, nos mémoires de filles, de femmes, de mères, nos croyances, nos aspirations... permettant d'éveiller et de guérir les espaces intérieurs endormis ou blessés.

Chaque soirée se colore à son tour pour permettre la rencontre en profondeur, en créativité et en légèreté.

A l'issue de ce séjour, je souhaite que chaque femme :
fasse la paix avec les différentes facettes du féminin en elle -
e reconnaisse dans sa beauté, sa force et son amour de femme -
se dévoile dans sa puissance créatrice et initiatrice - pacifie sa
relation à l'homme, aux hommes - ré-enchanter le monde.

INFOS TARIFS

- enseignement : **360€/stage**
- logement : camping au centre - 18€/nuit/personne où gîtes à proximité. (demander la liste)
- restauration Vegan : créative et majoritairement Bio - **140 €** (du samedi soir au mercredi midi)

Stage Art du Chi sur le thème : Revitalisation et écoute énergétique

du samedi 21 au mercredi 25 juillet au centre Art du Chi
Bourgogne - Enseignement : Thierry Chastaing



Art du Chi



J'aime

cet enseignement
Je le fais connaître

Calmer le regard pour calmer le mental

Tout continue avec le corps. Mobilisation du Chi, relaxation profonde, postures de Tai Ji Quan sont des avenues arpentées, encore et encore. Graduellement, le regard se tourne vers l'intérieur, l'attention s'aiguise, le mental se tranquillise.

L'Art du Chi se fait méditation.

le contenu

Le thème s'inscrit directement dans le prolongement des cours hebdomadaires de niveaux débutants, 24 et 108 postures .

Les fondamentaux de la revitalisation seront revisités à travers l'engagement du Tan Tien et des zones du Périnée (Tong), coccyx, sacrum et reinale.

L'action de se relier consciemment aux forces de la nature sera un élément fort de revitalisation, de manière à pouvoir retrouver l'équilibre énergétique que notre vie de civilisé malmène parfois sérieusement.

Nous pratiquons dans différents lieux de nature - espace de sous-bois du centre (cours de Chi sous le chapiteau), terrasses herbeuses sous la protection des chênes centenaires, espace de forêts et de bords d'étangs... Nous pourrons aussi choisir de pratiquer dans des lieux particulièrement puissants comme la Basilique de Vezelay ou le Mont Beuvray et sa forêt sacrée.

Enfin le développement de notre écoute énergétique favorisera notre intégration dans le courant de la Vie. Le programme vous réserve probablement de nombreuses découvertes sur la forme comme dans le fond. Le domaine de la flèche offre un cadre particulièrement propice à cette recherche.

Le stage s'adresse aux pratiquants de tous niveaux ayant une expérience minimum d'une année de cours.

INFOS TARIFS

- enseignement : **260€/stage**
 - logement : camping au centre - 18€/nuit/personne où gîtes à proximité. (demander la liste)
 - restauration à la charge de chacun.
- préparation collective possible sur le lieu du centre.

Consulter les informations complètes sur le site
www.artduchi-alpesbourgogne.com

Stage à Combloux, Mont-Blanc, Hte-Savoie

la rencontre de référence des Alpes

du vendredi 27 au lundi 30 au **juillet** 2018

Enseignement : Anne-Marie & Thierry



☀ quatorzième année de stage !

Un beau stage dans un lieu agréable sur les hauteurs du village, situé en balcon sur le Mont-Blanc, Combloux est un charmant village situé à 1000 mètres d'altitude et bénéficiant d'un panorama exceptionnel. Nous pratiquerons au Manoir des Brons avec son parc arboré de deux hectares.



INITIATION, le vendredi 27 de 9h15 à 12h30 et de 15h à 17h30 pour les débutants qui ne désirent pas participer à l'ensemble.

Le Chi (T'chi ou Qi)

Le Chi est l'énergie de vie présente dans chaque être humain. Grâce aux techniques issues de la méditation, de la relaxation, du Tai Ji Quan et du Qi Gong, il est possible d'agir sur le Qi dans le corps à la manière d'un musicien qui joue de son instrument.

La découverte de cet Art conduit à explorer les possibilités d'actions dans le corps jusqu'aux niveaux les plus profonds, en adéquation avec ce que la vie a voulu pour l'homme : harmonie et équilibre, fluidité et justesse, écoute, maîtrise, concentration et conscience de soi, enracinement et puissance, bonne humeur et joie de Vivre.

Détente, Bienveillance, Justesse, Présence à soi, Unité, Sérénité ...

Initiation et perfectionnement avec 3 niveaux de cours : débutant, 24 & 108 postures.

L'enseignement se déroule sur 4 séances de 1h15 par jour avec pauses et repas intercalés, soit dans le parc, soit en salle sur place ou à cinq minutes à pied.

- Alternance entre les cours par groupe de niveau et les cours en grand groupe. - Alternance entre la pratique des mouvements et les exercices au sol. - Alternance entre les enseignants.

INFOS TARIFS

- enseignement : **235 €/stage - 58€/journée d'initiation**
- hébergement en pension complète : 49,40€/jour
- hors place : 27€/jour.

Consulter les informations complètes sur le site www.artduchi-alpesbourgogne.com

Art du chi & Vacances d'août 2018

période 04 au 16 août avec pratique le matin, temps libre l'après-midi.
enseignement : Anne-Marie & Thierry

Pratiquer, prendre son temps, dépenser peu !

Heureux et complice dans la campagne «lac et forêt» Nivernaise.

Date du séjour au choix



Déployer le souffle pour déployer le geste

Tout se réunit dans le corps. La respiration devient souffle, le centre géométrique du corps se double d'un centre énergétique : le Tantien. En appui sur cet ancrage, portés par le souffle, les gestes se déploient dans l'espace, en totale résonance avec l'environnement.

L'Art du Chi se fait vibration.

☀ une alternative aux stages habituels ...

Ici toute une période est ouverte à une participation «libre» durant laquelle vous pouvez arriver quand vous voulez et partir quand vous voulez. Personnes débutantes : elles devront commencer soit le samedi 04, soit le samedi 11 août.

✿ **Chaque matinée** est consacrée à la pratique de l'Art du chi. Deux cours seront assurés (Chi au sol et Tai Chi debout) entre 9h30 et 12h30 par l'un, l'autre ou les deux enseignants en fonction du nombre et du niveau des participants. Les cours de Chi sont orientés vers l'exploration de notre potentiel énergétique en lien avec la puissante nature de cette région. Les cours de Tai Chi sont prétextes à l'unité, la fluidité, la communion en soi et dans le groupe.

✿ **Chaque après-midi** aura le contenu que vous lui choisirez : ballades dans les environs (région très boisée) à pieds ou en vélo (nombreux chemins balisés), baignades dans les plans d'eau à proximité (5 et 10 minutes de voitures) ou toutes autres explorations de votre goût (tourisme vert).

✿ **Chaque soirée** aura le contenu de notre choix commun ou individuel. Fête, musique en sous bois... pratique au bord de l'eau ... méditation au centre ..

INFOS TARIFS

- enseignement : **28€/jour/personne**
- logement : camping au centre - 18€/nuît/personne où gîtes à proximité. (demander la liste)
- restauration à la charge de chacun.
préparation collective possible sur le lieu du centre.

Consulter les informations complètes sur le site
www.artduchi-alpesbourgogne.com

Stage d'été de l'association Tai Chi Lyon

du samedi 18 au mercredi 22 août 2018.

Centre Art du Chi Bourgogne

animé par les 4 enseignants de l'association : Eric Sampol, Ivola Demange, Anne-Marie Vessylier & Thierry Chastaing.

☀ les 4 enseignants de Tai Chi Lyon réunis.

Quelque soit votre niveau et votre expérience, l'**association propose à tous ses membres** un stage d'été sur plusieurs jours. Vous pourrez approfondir les pratiques que nous avons expérimentées avec vous durant l'année (relaxation, méditation, Qi Gong & Tai Ji Quan) dans un cadre arboré prévu à cet effet.

Ce stage est ouvert aux tout débutants pour une initiation complète et aux pratiquants d'autres associations. Le lien avec les forces de la nature nous accompagnera largement durant cette expérience riche en découvertes.

✿ Initiation et perfectionnement avec 4 niveaux de cours : **débutant, 24, 108, 127** postures.

L'enseignement se déroule sur 4 séances par jour (de 1h15) avec pauses et repas intercalés ; Alternance entre les cours par groupe de niveau et les cours en grand groupe - Alternance entre la pratique des mouvements et les exercices au sol. - Alternance entre les enseignants.



INFOS TARIFS

- enseignement : **250€/stage**
- logement : camping au centre - 18€/nuit/personne où gîtes à proximité. (demander la liste)
- restauration : à la charge de chacun ou repas traiteur «majoritairement Bio et sans viande» 14€/repas/personne.

Consulter les informations complètes sur le site
www.artduchi-alpesbourgogne.com

Randonnée & Art du Chi en Himalaya

Toussaint 2018 - du samedi 20.10 au samedi 03.11

Pratique himalayenne de l'Art du Chi, dans une nature luxuriante entre bouddhisme et hindouisme.

Séjour de ressourcement dans une nature à haut taux énergétique. «Dépaysement assuré»

Cette région accueille les Gadis, pâtres vivant entre fermes et alpages... Depuis 50 ans, le Dalai Lama y guide les tibétains en exil... L'hébergement se fait essentiellement en maison d'hôtes confortable dans un village en bordure de zone sauvage. Les randonnées se font pour la plupart en étoile autour du gîte dans une montagne sauvage et luxuriante. Les matinées sont consacrées à l'enseignement en pleine nature sur des terrasses herbeuses au pied des contreforts Himalayien. Quelle énergie !!!

L'essentiel de la pratique est orientée vers la rencontre de cette contrée privilégiée. La «centration», l'écoute énergétique, l'intégration dans l'espace et le silence sont privilégiés afin de pratiquer en communion avec la présence environnante.

* à savoir



- lieu : Village de Bagsunath - Région de Dharamsala dans l'Himachal Pradesh en Inde - altitudes : 2000 mètres pour l'hébergement. 3000 mètres pour le petit trek.
- Transports : avion, train, bus et petit taxi.
- pratique du Tai Chi : 2 années de pratique minimum.
- niveau de marche : randonneur avec un minimum de condition physique requis. (marche montagne)
- hébergement & restauration : 12 jours en gîte très confortable, 3 jours en refuge (petit trek avec portage chevaux). Repas commun préparés pour nous pendant la plupart du séjour.



Gème stage organisé



Encadrement :

- **Anne-Marie Vessylier**, enseignante Art du Chi depuis 1994, professeur de l'école & Thérapeute ; assistance T.Chastaing.
- **Antoine Epiphani**, accompagnateur montagne en Himalaya , Enseignant de l'Art du Chi, Thérapeute en médecine Chinoise.
- Organisation : Séjour organisé par SERAC. Il est conçu et accompagné par Antoine Epiphani en partenariat avec différents acteurs Indiens choisis au fil des années pour leurs compétences et leurs supports.

Tarifs indicatifs :

- environ 1600 € pour l'ensemble du séjour (hors avion)
- environ 800 € pour l'avion.

Cycle de formation personnelle 2018/2020

Art du Chi Alpesbourgogne & Lyon

Cette formation offre des outils performants et accessibles pour se ressourcer, se dynamiser, élargir son horizon de vie et sa présence.



🌀 une formation de l'école de la Voie intérieure

La « formation personnelle Art du Chi » est une particularité de l'école internationale de la Voie intérieure. Cette formation prend à partir de 2012 une expression nouvelle en région Rhône-Alpes à travers une formation complète sur 2 années.

Ce cycle se déroule sur 2 années à raison de 6 week-ends par an + 1 séjour de six jours l'été.

Anne-Marie Vessylier et Thierry Chastaing, enseignants depuis 1994 et 1991, animent cette formation. Largement engagés dans le développement de l'école de la Voie intérieure, ils ont été nommés en 2007 professeurs délégués à la formation personnelle.

❖ à qui s'adresse cette formation ?

- aux pratiquants de l'Art du Chi à quelque niveau que cela soit, désireux de préciser, d'approfondir et d'intégrer les aspects des fondamentaux ou souhaitant s'orienter vers l'enseignement (la formation personnelle est la 1^o étape de la formation d'enseignants)
- aux enseignants de l'Art du Chi autant pour revisiter les fondamentaux dans une optique de pratique personnelle approfondie que pour nourrir leur propre créativité d'enseignement dans le respect des règles de base de l'école.
- aux thérapeutes, aux enseignants : les outils de centrage, de détente, de perception énergétique sont un support inégalable pour toute personne en position de relation d'aide ou d'enseignement (sous conditions)

✿ liste des grands thèmes abordés (consulter le site pour davantage de précision)

Année 1 : Se centre - l'art de la relaxation appliquée au quotidien - l'art de libérer sa respiration - la perception du Chi à travers les mains - l'approche de la petite circulation.

Année 2 : intention & volonté - l'agir & le non-agir - l'art de la posture juste - le kiriki-do - la pratique de la petite circulation.

les formes abordées : les broccards, des 11 exercices, la forme des 24 postures et le Kiriki-do. les séances de Chi sont consacrées à la pratique assidue de la petite circulation, son application dans le mouvement, l'intégration dans l'espace et la conscience du Chi du groupe.

Info. tarif : enseignement 2600€/cycle de deux ans (hors hébergement)

Groupe de Recherche Art du Chi

Une formation permanente pour les plus engagés (enragés)

« S'appuyer sur la pratique pour aller vers la Voie »

Pour la première fois à l'initiative d'Anne-Marie et de Thierry.



Vladý Stévanovitch

Création du groupe
Septembre 2018

❖ a qui s'adresse t'il ?

- le groupe est destiné à accueillir les élèves **très motivés** ayant une expérience de quelques années au minima, les anciens participants au cycle de **formation personnelle** et les **enseignants** de l'école.
- la dynamique du groupe est lancée pour une période de 6 années renouvelable.
- la durée minimale de participation est de 2 ans renouvelable ou pas. Chaque année de nouveaux candidats peuvent rejoindre le groupe sous certaines conditions. Le nombre de participants se situera entre 10 et 20 individus.
- devenir acteur du groupe demande une motivation, une disponibilité et un engagement personnel important s'appuyant sur certaines valeurs : esprit d'ouverture et de partage, curiosité, solidarité, disponibilité, confidentialité.
- la participation à ce groupe «fermé» se fait par **candidature** exclusivement.



ì lieu, rythme et tarif

- les week-ends se dérouleront en région Rhône-Alpes probablement dans l'Ain. Le séjour d'été se déroulera au centre Art du Chi Bourgogne.
- 8 rencontres annuelles : 7 en week-end (du vendredi soir au dimanche après-midi) + 1 séjour d'été de 5 jours.
- participation financière : 1 an =1270€
(l'engagement se fait pour une période de deux années)



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch

ART DU CHI ALPES-BOURGOGNE
ENSEIGNEMENT DEPUIS 1994 À TRAVERS COURS & STAGES

Haute-Savoie : Annecy, Annemasse, Thonon

Isère : Meylan

Rhône : Lyon 3ème, 5ème, 7ème, 8ème

Nièvre : Centre Art du Chi Bourgogne

SUISSE, INDE...

Anne-Marie Vessylier - Thierry Chastaing
23, route d'étrembières 74100 ANNEMASSE - FRANCE
06 07 97 24 56 - vessylier.chastaing@artduchi-alpesbourgogne.com

www.artduchi-alpesbourgogne.com