



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch

STAGE ART DU CHI

2 niveaux de perfectionnement 24 et 108 postures

Samedi 20 au jeudi 25 juillet 2024

au centre TAM - Bourgogne entre lacs et forêts

enseignants : Anne-Marie Vessylier et Thierry Chastaing

Thème du stage : Pratiquer et approfondir les 24 et 108 postures avec 4 cours par jour.

- deux groupes seront constitués pour les cours de Tai Ji Quan afin de mémoriser l'enchaînement des mouvements.
- les cours de Chi (sol) pourront être commun et aborderont les techniques de Chi avancées en disposant du temps nécessaire pour leur exploration.
- nous pratiquerons principalement sur le lieu de nature du centre, mais pourrons aussi explorer les forêts des alentours.
- nous profiterons largement du Chi doux et puissant de cette région peu habitée et encore très imprégnée par les forces de la nature.

L'Art du Chi et le centre en Bourgogne

L'Art du Chi est un art corporel énergétique orienté vers le bien-être et la santé.

Il est issu des arts internes traditionnels orientaux comme le Qi Gong, le Tai Chi Chuan (Tai Ji), le travail en assise sur le Tantien et le petit circuit céleste du Taoïsme. Il emprunte aussi les voies de la relaxation, du contrôle de la respiration et des techniques de focalisation de l'intention, de méditation ou d'émission des sons porteurs d'énergie.

L'Art du Chi délaisse toute notion de compétition, de grade et de jeux d'opposition.

le centre TAM, anciennement Art du Chi Bourgogne

Nous avons «déniché» dans la campagne nivernaise (région entre Nevers, Vezelay et le Parc régional du Morvan), un lieu d'un hectare agrémenté d'une habitation et d'un espace boisé avec de grands chênes. Nous reconstruisons ce lieu avec amour en éco et auto-construction depuis 2011.

Les enseignants

Ils sont passionnés par la transmission de cette discipline de l'Art du Chi qu'ils enseignent depuis plus 30 ans. Ils transmettent avec rigueur et aussi originalité, l'enseignement reçu de Vlady Stévanovitch lui-même durant quinze années et des formateurs de l'école.



L'Art du Chi nous rapproche du vivant et nous ouvre des horizons nouveaux.



Photos du lieu durant les stages des années précédentes

Hébergement / détente

- nous disposons sur place d'un petit camping bien aménagé (8 places maximum) . En restant sur place, vous limitez vos déplacements et vous bénéficiez du lieu et de ces différents espaces (sous-bois, plan d'eau, piscine pour se rafraîchir...)
- de nombreuses ballades sont possibles à pied ou en vélo à partir du centre. A dix minutes en voiture, deux lacs sont accessibles pour la baignade. De nombreuses formules d'hébergement sont possibles : camping en bungalow, gîte, Aibnb ou chambre d'hôte.

Dates et horaires

- du samedi 20 juillet à 14h00 au jeudi 25 juillet 2023 à 12h30
- 4 cours entre 9h30 et 12h30 et 15h00 à 18h00 avec pauses.

Tarifs

● ENSEIGNEMENT

- inscription reçue avant le 01 juillet : **290€** — inscription après le 01 juillet : 320 €.
Réduction possible pour personne à faible revenu, nous contacter.

● HEBERGEMENT :

- camping au centre : 85€/5 nuits . Place ombragée très calme - lavabos & douches + toilettes sèches + espace cuisine avec frigo + espace de restauration. (17€/nuit supplémentaire)
- autres gîtes, chambres d'hôtes et autres campings (demandez nous la liste et les tarifs)

La restauration est à la charge de chacun. Les repas peuvent devenir communautaires organisés au centre (cuisine du camping) ou lors des pratiques aux bords des étangs.

Coordonnées : centre TAM - Anne-Marie Vessylier et Thierry Chastaing
1, chemin dess egadés 58330 CRUX LA VILLE
FRANCE - contact : 06 07 97 24 56



Inscription - stage 24 et 108 postures du 20 au 25 juillet 2024

à retourner à : Centre TAM - T. Chastaing & A-Marie Vessylier - 1, chemin des Egadés 58330 CRUX-LA-VILLE.

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code : _____ Ville : _____

Pays : _____ Tél : _____

e-mail : _____

Je m'incris au stage avec un hébergement : camping au centre autres

● NIVEAUX : 24 postures 108 postures - enseignant :

● COVOITURAGE : je propose je recherche, depuis :

● RÉSERVATION

Je verse la somme de 100 € à l'ordre Vessylier/Chastaing, (chèque non encaissé avant le début du stage, inscription dans la limite des places disponibles et par ordre de réception du courrier. En cas d'annulation par les organisateurs, aucune compensation financière n'est envisageable. Les sommes versées seront alors restituées.)

Date :

Signature :