

BAGUAZHANG

Le Baguazhang tient une place à part dans les arts martiaux chinois. Basé sur le mouvement spiralé et le changement (que certains rapprochent du Yijing), il fait pénétrer le pratiquant dans un espace intérieur et un rapport au monde tout à fait singuliers : rien n'est droit, tout change.

Gymniquement déroutante, la pratique dénoue en profondeur par les étirements constants qu'elle engendre, notamment sur les fascias. On réapprend à marcher comme un bambin inexpérimenté. Ce non faire taoïste nous rajeunit et nous aide à élever notre niveau d'équilibre dans les situations de changement à tous niveaux de l'être. **Venez vous initier à cet art par la découverte des styles SUN, et GAO, JIANG**

Georges Saby pratique le Baguazhang depuis 40 ans, 5ème duan FFWushu. Fondateur de A I T, il enseignera la Marche Taoïste et Marche Énergétique 3 formes Circulaires de l'école Sun et applications.

Nicolas Jullien pratique le Baguazhang depuis (styles Jiang et Gao) depuis 25 ans, 4ème duan FFWushu. Il enseignera les fondamentaux de la Marche du Baguazhang, les exercices sur la spirale, 2 formes S circulaires (une du style Jiang, une du style Gao), ainsi que des éléments de pratique martiale.

HORAIRES le samedi 18 mars de 14h à 18h

et **CONFERENCE** de 18h15 à 19h15 animée par **Martine Larbat** (voir page suivante)

le dimanche 20 mars de 9h à 12h

LIEU : complexe sportif de la Sablière allée de la Sablière 44170 Nozay

PRIX

Adhérent Arts Internes et Tradition 30€

Extérieur AIT 50€

Enseignant/Assistants AIT

Gratuit

INSCRIPTION PRÉALABLE OBLIGATOIRE 40 PLACES MAXIMUM

CONFERENCE

Pour une nouvelle alliance avec le vivant Quand transformation intérieure et action dans le monde font Un

Notre époque se caractérise par une relation de domination et de prédation effrénée du vivant par l'homme, jusqu'à l'absurde : elle met en péril l'existence de l'homme lui-même.

La crise écologique n'est pas extérieure à nous, elle nous renvoie à nos fonctionnements dont dépend notre rapport au monde. Il est donc urgent de nous interroger sur les liens que nous entretenons avec lui, sur la manière dont nous nous y connectons.

Les sagesses anciennes et notamment la sagesse taoïste (chinoise) peuvent nous y aider. Elles mettent en lumière des modes de relation qui s'inscrivent dans un chemin où notre transformation intérieure et la transformation du macrocosme sont interdépendantes. Nous y engageons la totalité de nous-mêmes : nos dimensions physiques, énergétiques, mentales et spirituelles.

Ce faisant s'instaure une nouvelle alliance avec le vivant qui en favorise l'harmonie, le foisonnement.

Martine Larbat a effectué un parcours universitaire de philosophie.

Elle est diplômée du Collège de Médecine Chinoise de Kenilworth (G.B.)

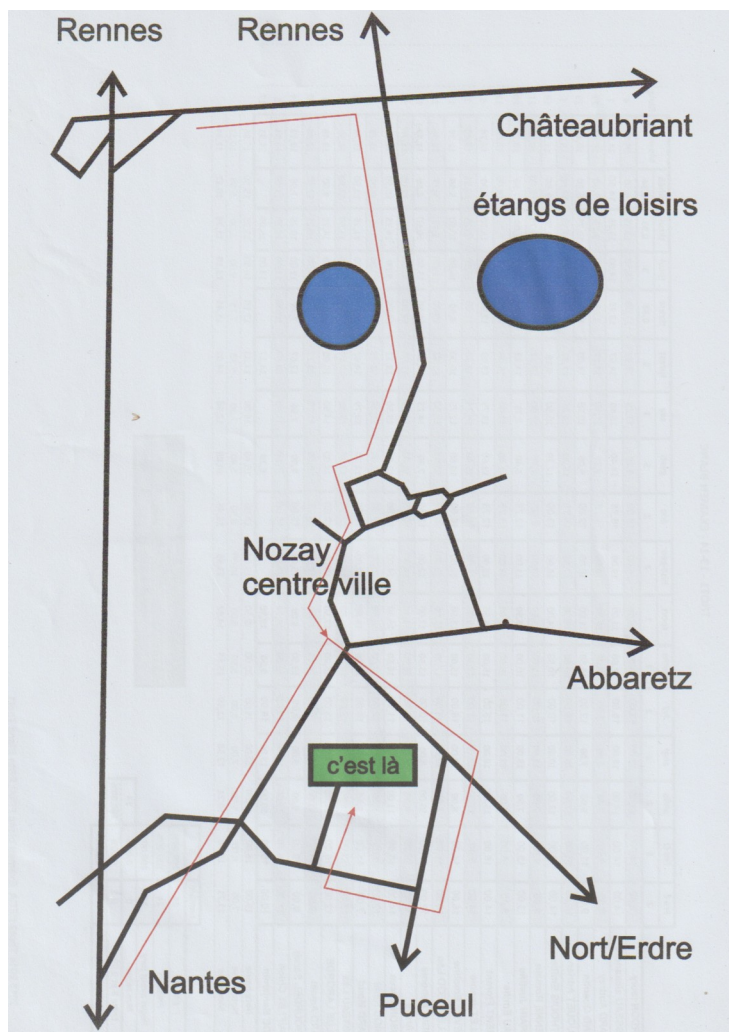
Pendant 10 ans elle a été l'élève de Tarab Tulku Rinpoché, lama tibétain (1935-2004).

Elle anime des séminaires. Auteure de :

- Relier corps et esprit Taoïsme et philosophies indo-tibétaines
- Vers une nouvelle alliance avec le vivant L'écologie à la lumière des sagesses anciennes

Site : <http://martinelarbat.fr>

LIEU DU STAGE ET PLANS



**complexe sportif de la Sablière
allée de la Sablière
44170 Nozay**

Ce document peut être retrouvé sur les sites
www.abc-chi.com et www.ecoledumouvementinterne.fr

BULLETIN D'INSCRIPTION

BAGUAZHANG 18 – 19 mars NOZAY

L'ensemble du stage n'est pas sécable par parties.

PRIX avant le 1 mars 2023 adhérents AIT 30 €
NON ADHERENT AIT (+ Licence AIT = 30 + 20) 50€
s'il reste de la place INSCRIPTION APRÈS le 1 mars + 10€

INSCRIPTIONS :

par courrier postal adressez ce document à
Georges Saby 8 avenue d'Argeliers 34310 CRUZY

NOM PRENOM.....MAIL.....

ADRESSE POSTALE

CLUB AIT de l'adhérent

Non adhérent AIT

DEBUTANT

PRATIQUANT

Le

SIGNATURE

CHEQUE JOINT IMPÉRATIF à l'ORDRE de AIT