



ADHÉSION/ INSCRIPTION SAISON 2010-2011

inscription obligatoire à un stage pour une première adhésion

Nom/Name.....Prénom/Surname

Date de naissance/Date of Birth Nationalité/Nationality

Adresse/Address

.....

Téléphone/Phone number

E-mail

Êtes-vous licencié/e à la Fédération Française de WuShu-aemc par une autre association que Kunming? OUI NON

Pièces à joindre :

- Certificat médical de non contre-indication à la pratique du DaoYin (gymnastique traditionnelle chinoise de santé),
- 1 photo d'identité pour une première adhésion / 1 *identity photo in its a first subscription.*
- Une photocopie du Timbre-Licence Fédération Française de WuShu-aemc, si affilié par une autre association.

Maison des associations 2 rue Darrichon 64200 Biarritz Tél : (0033) 5 59 22 35 47
contact@kunming.fr - www.kunming.fr

Rentrée de la saison 2010-2011 le jeudi 9 septembre 2010 à la Halle sportive



enseignants et interprète



ZHANG GUANGDE

Créateur du Dao Yin Yang Sheng Gong
Professeur de l'Université d'Éducation Physique
de Pékin.

Prix National de la recherche Scientifique en 1992

Huitième grade de Wushu en 1998.

Président d'Honneur de l'association Kunming.



ZHANG JIAN

Neveu et héritier désigné de Maître Zhang Guangde.

Diplômé de Wushu de l'Université des Sports de Pékin.

Considéré aujourd'hui, par le Professeur Zhang Guangde
comme le meilleur expert en Dao Yin Yang Sheng Gong.



XIAOGUANG CHAPELLIER-YAO

Traducteur interprète.

Conférencière et enseignante en langue
et civilisation chinoise à l'ESC de Pau.

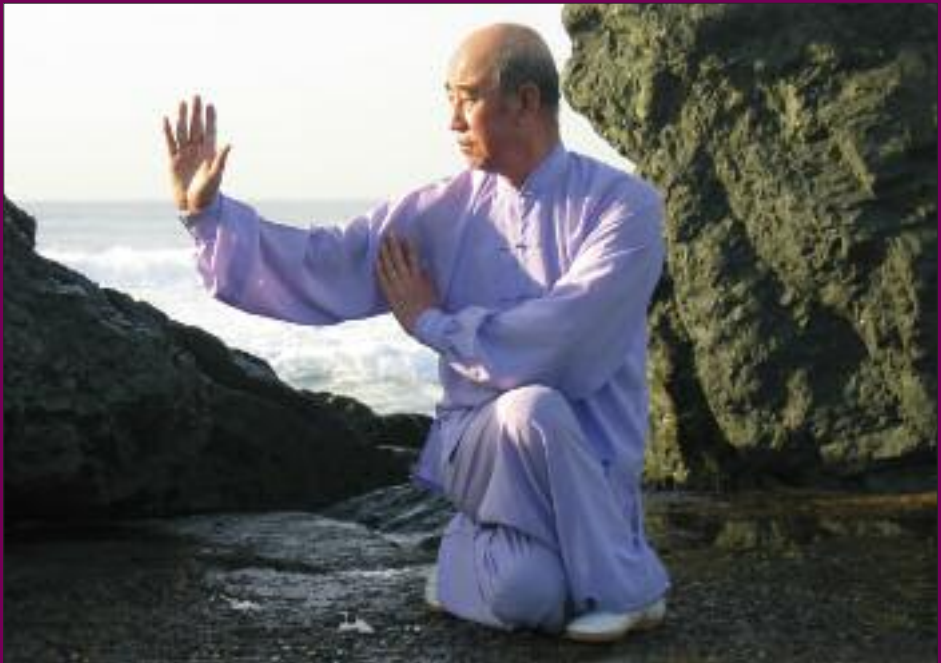


le Dao Yin Yang Sheng Gong

“Le Qi Gong est une gymnastique chinoise dont le but est de fortifier la santé et de prolonger la vie. Son caractère particulier réside dans l’effort personnel que lui consacre celui qui le pratique, en combinant énergie vitale, respiration et mouvement, dans un entraînement régulier à la fois physique et psychique”.

ZHANG GUANGDE

Le Dao Yin Yang Sheng Gong est une succession d’enchaînements de mouvements lents, proches du Tai Ji Quan. Sa pratique, qui se veut régulière, s’appuie sur la force d’enracinement au sol et la souplesse du mouvement, sur le contrôle de la respiration et de la concentration.



Maître ZHANG GUANGDE



Association Kunming - Ecole Française de Zhang Guangde

Agrément Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports n° 08 S 031

Renseignements Tél. : 05 59 22 35 47

Maison des associations, 2 rue Darrichon 64200 Biarritz

contact@kunming.fr - www.kunming.fr



DAO YIN QI GONG - TAI JI ZHANG

Association Kunming - Ecole Française de Zhang Guangde

Gymnastique traditionnelle chinoise de santé



*journée spéciale
anniversaire*

SAISON 2010-2011 • Biarritz

Stages de Qi gong • Stages de Tai ji zhang • Cours théoriques • Pratiques hebdomadaires





association Kunming, Ecole Française de Zhang Guangde

L'association Kunming enseigne à Biarritz depuis 1989 le Dao Yin Yang Sheng Gong.

Depuis cette date, plus de 1 500 personnes ont pu se familiariser avec cette discipline dans le cadre de l'Association.

La direction des stages est assurée par les professeurs Zhang Guangde et Zhang Jian.

La continuité de la pratique est assurée par des moniteurs en cours de formation de la Fédération Française de Wushu, lors des 3 séances hebdomadaires :

- **Le lundi :** Halle sportive Laroche foucault, 16 av. d'Étienne à Biarritz
19h30 à 21h00 DAO YIN
21 h 00 à 21h30 TAI JI ZHANG

- **Le jeudi :** Halle sportive Laroche foucault, 16 av. d'Étienne à Biarritz
20h00 à 21h30 DAO YIN
21 h30 à 22 h00 TAI JI ZHANG

- **Le vendredi :** Salle Notary avenue Jaïzquibel à Biarritz
10h15 à 11h45 DAO YIN

L'adhésion annuelle est de 60 € licence FFWaemc incluse

Elle permet d'assister aux trois séances hebdomadaires et donne accès à la bibliothèque.

Elle est nécessaire pour s'inscrire aux différents stages.



L'association Kunming est affiliée à la Fédération Française de Wushu, arts énergétiques et martiaux chinois sous la tutelle du Ministère de la Jeunesse et des Sports.



Les stages

Stages Automne 2010

à la Halle sportive 16 av. d'Étienne à Biarritz

Dirigés par les Professeurs Zhang Guangde et Zhang Jian

Interprète : Madame Xiaoguang Chapellier-Yao

OCTOBRE/NOVEMBRE 2010:

■ Préparation à la concentration : offert avec un stage

Mardi 26 octobre 17h à 18h

■ *Les 12 mouvements du Centre National Chinois de Qigong 80 €

(*daoyin yangsheng gong shierfa*) :

Mardi 26 octobre 18h à 21h

Mercredi 27 octobre 18h à 21h

Jeudi 28 octobre 18h à 21h

Vendredi 29 octobre 18h à 21h

*Cet enchaînement ne sera pas intégré immédiatement dans le programme hebdomadaire

■ Enchaînement Général de santé 2^e forme (*daoyin bao jian gong 2*) : 60 €

Dimanche 31 octobre 9h à 12h et 15h à 18h

Lundi 1^{er} novembre 9h à 12h

■ Les 8 brocards de soie (*ba duan jin*) : 40 €

Lundi 1^{er} novembre 18h à 21h

Mardi 2 novembre 18h à 21h

■ Taiji jin 1^{ère} forme (*yangsheng taiji jin 1*) : 60 €

Mercredi 3 novembre 18h à 21h

Jeudi 4 novembre 18h à 21h

Vendredi 5 novembre 18h à 21h

■ Enchaînement pour les reins 2^e forme (*yu zhen bu yuan gong 2*) 60 €

Samedi 6 novembre 9h à 12h et 15h à 18h

Dimanche 7 novembre 9h à 12h

Les Révisions (accessibles aux personnes ayant fait les stages correspondants) :

Le poème : mercredi 27 octobre 9h à 12h 20 €

Taiji zhang 2 : jeudi 28 octobre 9h à 12h 20 €

Le foie : vendredi 29 octobre 9h à 12h 20 €

Général 2^e forme : mardi 2 novembre 9h à 12h 20 €

Contrôle (pour session complète) : jeudi 4 novembre de 9h à 12h

journee speciale anniversaire

Samedi 30 octobre: Les 20 ans de L'association Kunming,

Inauguration de l'Ecole Française de Zhang Guangde

sous l'égide de Maître Zhang Guangde.



Les stages

Stages Printemps 2011

à la Halle sportive 16 av. d'Étienne à Biarritz

Dirigés par le Professeur Zhang Jian

Interprète : Madame Xiaoguang Chapellier-Yao

AVRIL 2011 :

■ Taiji zhang 1^{ère} forme (<i>yangsheng taiji zhang 1</i>) :	80 €
Jeudi 14 avril	18h à 21h
Vendredi 15 avril	18h à 21h
Samedi 16 avril	9h à 12h et 15h à 18h

■ Taiji jin 2^e forme (<i>yangsheng taiji jin 2</i>)	60 €
Dimanche 17 avril	9h à 12h et 15h à 18h
Lundi 18 avril	18h à 21h

■ Cours théorique :	10 €
« Les méridiens dans la pratique du Daoyinyangshenggong »	
Mardi 19 avril	18h à 21h

■ Enchaînement du cœur 1^{ère} forme (<i>shu xin ping xue gong 1</i>) :	60 €
Mercredi 20 avril	18h à 21h
Jeudi 21 avril	18h à 21h
Vendredi 22 avril	18h à 21h

■ Préparation pour la longévité :	offert avec un stage
Samedi 23 avril	9h à 10h

■ 8 méthodes pour préserver la santé (<i>yangsheng bafa</i>) :	60 €
Samedi 23 avril	10h à 12h et 15h à 19h
Dimanche 24 avril	9h à 12h

Les Révisions (accessibles aux personnes ayant fait les stages correspondants)

Les 12 mouvements : jeudi 14 avril	9h à 12h	20 €
Taiji jin 1 ^e forme : vendredi 15 avril	9h à 12h	20 €
Reins 2 ^e forme : lundi 18 avril	9h à 12h	20 €

Contrôle (pour session complète) : jeudi 21 avril de 9h à 12h

Possibilité d'acheter des supports pédagogiques.

Livrets gratuits pour les stagiaires inscrits aux sessions complètes.

