

A.R.A.M.I.S

Association de Recherche en Arts Martiaux Internes en Sarthe
(taichilemans.fr)

Association de Recherche en Arts Martiaux

Internes en Sarthe

26, 27, 28 Juillet 2019

Rencontres Jasnières



Grâce à votre enthousiasme et à celui des animateurs, nous vous retrouverons une 32^{ème} fois pour partager notre pratique des arts martiaux.

Quelques rappels à propos des Rencontres Jasnières :

But :

1. Permettre aux pratiquants de taiji quan en Europe, quels que soient leur style, leur école, leur âge ou leur sexe, de se rencontrer dans un esprit d'échange, excluant toute forme de compétition. En plus des formes, du tui shou et des armes, les ateliers sont ouverts au bagua zhang, hsing I et autres pratiques internes.
2. Permettre aux enseignants de TJQ, professionnels ou amateurs, débutants ou chevronnés, connus ou inconnus, de faire connaître leur art. Comment ? simplement en candidatant spontanément auprès d'ARAMIS.
3. Contribuer à la propagation de toutes les formes de TJQ en Europe, en créant une émulation à travers un événement qui leur est consacré.
4. Créer une animation régionale.

Site :

Au bord du magnifique plan d'eau de Marçon, situé au milieu du fameux vignoble de Jasnières et des Coteaux du Loir, à 40 km environ au sud du Mans, au seuil des châteaux de la Loire.

Adresse du camping :

Camping Lac des Varennes, Saint-Lézin, route de Port-Gauthier, 72340 Marçon. Téléphone : 33(0)2 43 44 13 72, email : contact@lacadesvarennes.camp, site web : <http://www.lacadesvarennes.camp>.

Informations hôtels : tel. Office du tourisme de la vallée du Loir : 33(0)2 43 38 16 60, www.vallee-du-loir.com, [https://www.booking.com/...](https://www.booking.com/)

Vous dégusterez le vin Jasnières vendredi à 18h30 pour un coût modique.

Une soirée dansante vous est réservée samedi soir, salle du restaurant !

Toute inscription suppose l'abandon de votre droit à l'image.

Autres informations

Le site se trouve sur les bords du plan d'eau de Marçon, en plein air.

Les ateliers proposés dureront 1 heure 45 min chacun, le matin de 7h45 à 9h30, de 10h15 à 12h00. Les professeurs vous seront présentés le vendredi 26/07 à 7h30.

Cette année, sont mises en place de **14h à 15h plusieurs interventions orales** sur un thème touchant de près ou de loin au taiji quan suivies des démonstrations de 15h à 15h30, et du tui shou, de 15h30 à 18h. La formule consiste à inviter un(e) partenaire à son gré à pratiquer le tui shou libre, dans un **cadre non compétitif** et dans le **plus grand respect d'autrui**, ce qui est devenu la marque distinctive du succès des RJ, conjointement avec l'esprit de rencontre.

Les participants choisissant un atelier "arme" seront tenus d'apporter leur matériel. La pratique des armes susceptible de gêner les autres campeurs n'est autorisée qu'à l'intérieur des ateliers.

Si la demande pour certains ateliers s'avère trop importante, priorité sera donnée aux premiers inscrits.

Un emplacement de groupe est réservé au camping du Lac des Varennes à partir de la nuit du 25. **Réservez et payez directement votre camping à l'accueil.** Si vous souhaitez séjourner avant ou après les RJ, vous devez contacter directement le camping. Une liste d'hôtels et de pensions les plus proches est jointe pour ceux qui ne souhaitent pas camper.

Une restauration est prévue pour ceux qui le désirent dans la salle communale. Nous vous demandons **impérativement** de réserver **et** de payer vos repas à l'avance car aucun repas ne pourra être réservé, ni payé sur place.

Deux permanences seront assurées pour les règlements sur place ou les éventuels problèmes : 9h30 à 10h15 à l'espace Tui shou, de 14h à 15h sur la base de loisirs au point RJ.

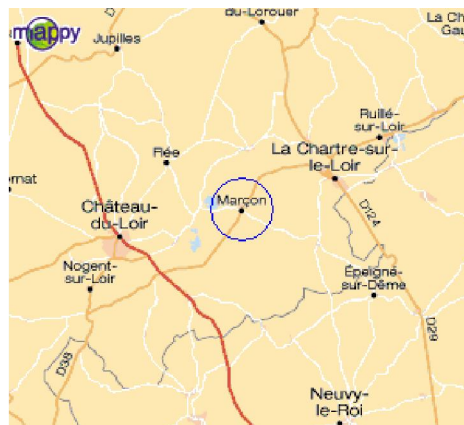
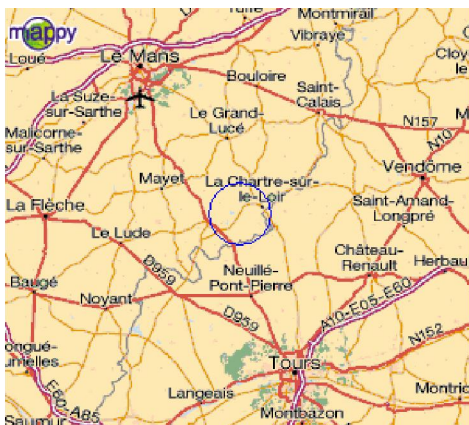


Contact : Aramis, site web : <http://taichilemans.fr/>, 39 rue P. Eluard, 72000 Le Mans - France, email : fabienneponcin@yahoo.fr

Adresse du camping : Camping "Lac des Varennes", Saint-Lézin, route de Port-Gauthier, 72340 Marçon. Téléphone : 33(0)2 43441372, email : contact@lacsdesvarennes.camp, site web : <http://www.lacsdesvarennes.camp>.

ARAMIS vous souhaite beaucoup de rencontres et de plaisir.

Rencontres Jasnieres 2019 – Cartes



Accès en train : www.oui.sncf

Rencontres Jasnieres 2019 - hôtels et gîtes

Informations hôtels : <http://www.vallee-du-loir.com/> ; <http://www.ville-marcon.fr/index.php/a-votre-service/gites-chambres-d-hotes>, <http://www.booking.com/>, <http://www.gites.fr/>.

Lieu	adresse	Tél ; email
La Chartre-sur-le-Loir 72340	Hôtel de France, Pl. de la République	02 43 44 40 16 hoteldefrance@worldonline.fr
Dissay-sous-Courcillon 72500	Hôtel auberge, place Morand	02 43 44 09 06 bazin.ghislaine@neuf.fr
Château-du-loir 72500	Hôtel de la Gare, 170 av Jean Jaurès	02 43 44 00 14
	Hôtel des Voyageurs, 168 av Jean Jaurès	02 43 44 00 31
	Le Grand Hôtel, 59 rue A. Briand	0243382585
Ruillé-sur-loir 72340	Hôtel St. Pierre, 42 rue nationale	02 43 79 50 33
Beaumont-Pied-de-Bœuf 72500	Hôtel du Cheval blanc, 22 rue de la Tour	02 43 44 84 59 contact@aubergechevalblanc72.com

gîtes	adresse	Tél, email
Marçon 72340	"Les pies jacassent"	06 79 57 39 96
	"les Borderies", Marc et Rusthon	09 67 74 58 15
	"L'Orliarlière", Mme MC William	02 43 79 26 62 lorliarliere@orange.fr
	"La Cendrinerie"	02 43 44 13 22 jmathan@wanadoo.fr
	"La Borde Gontier", M. et Mme Lansac	02 47 61 17 44 / 06 81 04 48 52 Jacques.lansac@orange.fr
La Chartre-sur-le-Loir 72340	M. Avril Arnaud, 17 rue de la Gérigondie	06 66 15 21 60
	M. Brisset, la borde aux Moines	02 47 52 30 63, info@labordeauxmoines.fr
	M. Gigou, 4 rue des Caves (2 épis)	02 43 44 48 72, chambres.gigou@wanadoo.fr
	M. Millet Lecourt, 8 rue de Syke le grand Moulin	02 43 44 65 78 / 06 85 56 30 45, mdmillet-moulin@club-internet.fr
Vouvray-sur-Loir 72500	M. Grandamy, 104 rue Oscar Monéris	06 60 23 92 42
	M. Charles, les Sablons 11 rue de la Vallée	02 43 79 23 84
	M. Bruneval, 22 rue basse Coëmont	02 43 46 45 97
Port-Gautier 72500	M. Mme Pommier	06 26 03 06 21 / 09 54 02 52 95
	Giteduportgautier@gmail.com	giteduportgautier@gmail.com
Beaumont-sur-Dême 72340	M et Mme Chirol "l'aître des greniers"	02 28 01 96 46, famill.chirol@wanadoo.fr
	Le Patois	02 47 54 78 56, rojofamille@numericable.fr
Ruillé-sur-Loir 72340	M. Daguenet, la Touche	02 43 79 00 29 / 06 89 02 43 38, claudette.daguent@wanadoo.fr
chambres d'hôtes	address	Tél
Dissay-sous-Courcillon 72500	M. Bretonneau, le Moulin du prieuré	02 43 44 59 79 / 06 20 73 56 11, jack.guy@free.fr
	Mme Guy Moulin de Longesvres	02 43 44 62 92, 06 20 73 56 11
	M. Calla, le Prieuré	02 43 44 09 09, 06 15 77 84 48
	M. Letanneux, La Chataigneraie	02 43 79 36 71
	Les ormeaux, 9 route de Cerize	02 43 79 12 43 / 06 81 49 39 28, contact@naturedetente.com

Château-du-Loir 72500	M. Legoff, 22 rue de l'Hôtel de ville	02 43 44 03 38, dilegoff@free.fr
	Manoir du Riablay, route de saint Jean	02 43 44 20 20
	M. Faure, Château des Remparts	06 81 38 56 39
Chahaignes 72340	M. Butler, 10 rue de la Gare	02 43 79 14 99, lamaisoncremyll@hotmail.co.uk
	La Tale	02 43 46 95 99
	M. Hubert, 8 rue saint Blaise	02 43 46 78 05, moulinstblaise@gmail.com
	M. Vigoureux "L'autourserie"	02 43 79 15 63, contact@autourserie.com
	La maison de Milton	02 43 44 62 62, reservation@sarthe- developpement.com
Thoiré-sur-Dinan 72500	M. Tondereau, la Croix	02 47 29 23 59, philippe.tonderau@free.fr
	M. Cissé, le Saut du loup	02 43 44 17 28 / 06 33 16 67 54, marysecisse@wanadoo.fr
Poncé-sur-Loir 72340	M. Becquelin, Château la Volonière	02 43 79 68 16, château-de-la- voloniere@wanadoo.fr
	Mme Dupuy, 50 rue Principale	02 43 44 18 59 / 06 87 72 51 59
	La Ponce secrète, 2 rue des coteaux	06 61 16 03 88
L' Homme 72340	La loge du Courtoux	01 41 52 91 62
Luceau 72500	M. Pineau, le moulin Guerpeigné	92 44 52 11 31, 06 78 54 90 01, marc.pineau28@sfr.fr
		02 43 44 22 88
		Le Fournil
	M. Tertrain, moulin d'Hilleraie	02 43 79 49 85 / 06 09 22 64 17, moulin_hilleraie@hotmail.fr
	M. Loiseau, le closeau (route de Lavernat)	02 43 79 25 37 / 06 10 79 24 66, lbblyceau@orange.fr
	M. Durand, la Peloiserie	02 43 44 68 76 / 06 23 05 49 41, fabienne.durand.72@gmail.com
	M et Mme Boutard La Queue de l'étang	02 43 44 69 57 / 06 74 68 13 50, boubprin@aol.com
	M Bridault 11 rte de Château-du-Loir	02 43 46 69 28 / 06 81 85 51 37, muriel.bridault@wanadoo.fr
M. Combries, le Moulin calme	02 43 46 39 75 / 06 87 02 49 84, moulincalme@wanadoo.fr	
Flée 72500	La petite Foucherie	02 43 44 42 72, gitesvdl@wanadoo.fr
	M Delmas, M Michelin Les Chalets du Val de loir	06 13 66 79 59, chaletsduvaldeloire@free.fr

Beaumont-pied-de-bœuf 72501	Mme Detambel La Guéjaillère	02 43 79 18 32 / 06 60 56 69 74, michel.detambel@orange.fr
	Mme Dufour Gîte du Biou	06 03 95 76 92, info@gitedubiou.fr
	Mme Carré Jumelle	02 43 44 24 77 / 06 03 36 67 27

Rencontres Jasnières 2019 - Ateliers.

Choque Jacques

Vendredi 26 Juillet 7.45 - 9.30	<i>Comment initier les enfants au taichi ? Proposer aux enfants des exercices ludiques pour les initier à cette discipline et leur faire bénéficier de toutes les conséquences bénéfiques : douceur, lenteur dans les gestes, relaxation dans le mouvement, souplesse, canalisation de l'énergie, gestion des conflits, mémorisation, coordination, importance de la respiration, contact avec un(e) partenaire, connaissance du corps, orientation dans l'espace, patience, autonomie. Tous les exercices sont proposés sous forme de jeux, inspirés du yoga, de la gym douce et de la relaxation.</i>
Samedi 27 Juillet 7.45 - 9.30	
Dimanche 28 Juillet 7.45 - 9.30	

Collé Jean-Michel

Vendredi 26 Juillet 7.45 - 9.30	<i>Relâchement et respiration inversée dans l'engendrement du yang par le yin dans les jambes : à pas fixe ou à pas mobiles.</i>
Samedi 27 Juillet 7.45 - 9.30	<i>Relâchement et respiration inversée dans l'engendrement du yang par le yin dans les bras avec les jambes et les bras synchronisés.</i>
Dimanche 28 Juillet 7.45 - 9.30	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos» Relâchement et respiration inversée dans l'engendrement du yang par le yin dans le style de chacun et dans les tuishous.</i>

Dornelly Godfrey

Vendredi 26 Juillet 7.45 - 9.30	<ol style="list-style-type: none"> 1. Exercices de dao-yin pour la détente et la condition physique facilitant la circulation sanguine et le flux du qi. Pratique idéale le matin pour renforcer l'équilibre du corps et de l'esprit. 2. Tui shou, travail sur différents exercices avec un partenaire afin de développer <ol style="list-style-type: none"> a) l'aptitude à anticiper l'attaque d'un adversaire avant qu'elle ne soit terminée b) des techniques pour déstabiliser le centre de gravité de son adversaire
Samedi 27 Juillet 7.45 - 9.30	
	<ol style="list-style-type: none"> 3. Zhan zhuang, méditation debout, pour améliorer la structure corporelle et la puissance. 4. Techniques shuaijiao et chin na pour les pratiquants du tai chi leur permettant d'exercer des techniques de combat essentielles moins enseignées au tai chi chuan de

	<i>nos jours.</i>
Dimanche 28 Juillet 7.45 - 9.30	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos» Exploration de ce thème au travers du tui shou et des applications martiales</i>

Du Feu Martin

Vendredi 26 Juillet 7.45 - 9.30	<i>Je souhaite enseigner cette année le xing-yi, (boxe de l'esprit et du corps), cet art interne qui est mon préféré m'a été enseigné par Maître Chow à Toronto (Canada) entre 1978 et 1982. Ce dernier fut l'élève de Sun Lu Tang. Les bases du xing-yi reposent sur les cinq éléments et les douze animaux. Aujourd'hui, nous travaillerons sur le premier et le plus important san t'i. Nous verrons aussi les quatre éléments. Chaque session commencera par le qigong de Sha Guo Zheng et se terminera par un automassage, un nettoyage du système lymphatique et de l'acide lactique des tendons.</i>
Samedi 27 Juillet 7.45 - 9.30	<i>Etude des cinq éléments : métal, eau, bois, feu et terre ou bien encore fendre - vriller - écraser - frapper du tambour - croiser. Nous verrons comment ils s'articulent les uns aux autres.</i>
Dimanche 28 Juillet 7.45 - 9.30	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos» J'expliquerai quelques unes des séquences des 12 animaux en lien avec les cinq éléments afin d'avoir une meilleure compréhension de ce merveilleux art interne qu'est le Xing-Yi.</i>

Solnon Manuel

Vendredi 26 Juillet 7.45 - 9.30	<i>épée, forme courte des 25 pas, première partie</i>
Samedi 26 Juillet 7.45 - 9.30	<i>épée forme courte, deuxième partie</i>
Dimanche 28 Juillet 7.45 - 9.30	<i>thème commun « Creuser la poitrine et arrondir le dos » suite.</i>

Tran Cong Francine

Vendredi 26 Juillet 7.45 - 9.30	<i>Dao yin : pour réveiller le corps en souplesse, par des étirements doux et lents, afin de respirer avec chaque articulation à l'écoute du corps interne. Travail postural et méditatif. Cet enchaînement s'appuie sur une technique de massage yuan shi dian.</i>
Samedi 27 Juillet 7.45 - 9.30	
Dimanche 28 Juillet 7.45 - 9.30	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos» Concentration et activation de tan zhong et jiaji deux points sur les vaisseaux conception et gouverneur, pour explorer de l'intérieur, creuser la poitrine, arrondir le dos, à partir de l'axe central</i>

van Drooge Judith

Vendredi 26 Juillet 7.45 - 9.30	<i>Vous êtes votre meilleur entraîneur, votre conseiller exceptionnel, votre enseignant le plus précieux de votre vie. Vous pratiquez probablement l'auto-entraînement tous les jours. Lorsque vous réfléchissez consciemment à la matérialisation d'une pensée, comment communiquez-vous avec vous-même ? Recherche et émerveillement. La qualité d'une respiration, d'un mouvement, d'une expression orale provient de votre conscience et de votre attention. Tai chi, qigong, tui shou sont des outils qui vous permettent de mieux vous appréhender. Aidez-vous et soyez un coach de soutien, réalisez, établissez des liens. Nous allons tester nos bases et étudier les avantages de la relaxation, de la posture corporelle et de la respiration. Pour tous les niveaux.</i>
Samedi 27 Juillet 7.45 - 9.30	<i>Vous êtes votre meilleur entraîneur, votre conseiller exceptionnel, votre enseignant le plus précieux de votre vie. Filtrez-vous toujours vos pensées pour que les émotions n'influencent pas votre réaction ? Comment réagir à ces émotions ? Aidez-vous et soyez ce merveilleux entraîneur. Être responsable et satisfait. Nous allons tester nos bases et étudier les avantages de la relaxation, de la posture corporelle et de la respiration.</i>
Dimanche 28 Juillet 7.45 - 9.30	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos» Vous êtes votre meilleur entraîneur, votre conseiller exceptionnel, votre enseignant le plus précieux de votre vie.</i>

Gruber Cornélia

Vendredi 26 Juillet 10.15 - 12.00	<i>Augmenter la sensation du qi dans la pratique</i>
Samedi 27 Juillet 10.15 - 12.00	<i>Augmenter la sensation du qi dans la pratique</i>
Dimanche 28 Juillet 10.15 - 12.00	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos» Sans poitrine, sans dos</i>

Hengst Daan

Vendredi 26 Juillet 10.15 - 12.00	<i>Nous apprendrons à exécuter le tui shou doux. Lors de la pratique à deux, nous observerons, étape par étape, comment le mouvement se crée. Lors du mouvement, nous distinguerons 4 à 5 phases : la relaxation, l'enracinement interne, la structure du corps (membres, vertèbres...) et la libération de l'énergie. Nous exploiterons notre imagination, les représentations d'activités sportives ou de la vie quotidienne afin de comprendre la création de l'énergie interne et ce qui fait que, dans certaines situations, nous ne savons pas être doux.</i>
Samedi 27 Juillet 10.15 - 12.00	<i>Résumé du programme de la veille et continuation.</i>
Dimanche 28 Juillet	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos»</i>

10.15 - 12.00

Résumé du programme de la veille et continuation.

Huynh Chien Dong

Vendredi 26 Juillet
10.15 - 12.00

Pratiques des cercles de l'infini (yin yang) et applications en auto-défense.

Samedi 27 Juillet
10.15 - 12.00

Pratiques des cercles de l'infini (yin yang) et applications en auto-défense.

Dimanche 28 Juillet
10.15 - 12.00

thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos»
Dos rond, dos droit.

MacGinlay Barry

Vendredi 26 Juillet
10.15 - 12.00

Tui shou

Samedi 27 Juillet
10.15 - 12.00

Travail avec une perche.
Apportez votre perche.

Dimanche 28 Juillet
10.15 - 12.00

thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos»
Combinaison du tui shou et du travail avec la perche.

Moore David

Vendredi 26 Juillet
10.15 - 12.00

À partir de nos traditions en arts martiaux respectives, nous allons explorer la fusion de notre pratique avec un peu de science fiction. Empruntant généreusement aux concepts du yangjia michuan taiji quan et du qigong de la grue blanche, nous allons développer une forme de sabre laser par exemple à partir de la forme de l'éventail. Seront introduits des techniques de base, en solo ou avec un partenaire, de méditation ou autres exercices des arts martiaux. Apprendre comment le sabre peut apporter plus de lumière dans notre vie et comment partager notre passion avec ceux que l'on aime. Les enfants des participants peuvent nous rejoindre.

Samedi 27 Juillet
10.15 - 12.00

Dimanche 28 Juillet
10.15 - 12.00

Nousiainen Heikik

Vendredi 26 Juillet
10.15 - 12.00

Nous ferons du qi gong, du tui shou, des techniques individuelles de la forme. Nous appliquerons ensuite les principes appris à l'autodéfense pratique. Ils conviennent particulièrement aux femmes. Par exemple, le qi gong. Nous améliorerons le mouvement de l'épaule et l'utilisons plus tard à l'autodéfense. À partir d'autres

Samedi 27 Juillet

10.15 - 12.00	<i>exercices, nous apprendrons à utiliser le corps, la distance, l'angle correctement, le timing etc. Cette année, nous pratiquerons également l'autodéfense, pas seulement les principes.</i>
Dimanche 28 Juillet 10.15 - 12.00	

Pérot Jean-Luc

Vendredi 26 Juillet 10.15 - 12.00	<i>Le bâton long nous ressemble. Un axe vertical, la souplesse du végétal, la douceur du toucher et la force de la frappe. Nous composerons des petites chorégraphies reprenant différents aspects de la manipulation.</i>
Samedi 27 Juillet 10.15 - 12.00	<i>Le bâton long est un compagnon, il nous devance, nous protège et nous supporte. Riche des exemples donnés sur les placements/déplacements, chacun pourra composer sa petite forme.</i>
Dimanche 28 Juillet 10.15 - 12.00	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos» Spirales et dragons, nous explorerons quelques exercices pour détendre la poitrine et élargir le dos.</i>

Shi Dan Qiu

Vendredi 26 Juillet 10.15 - 12.00	<i>Les bases du taii quan (enracinement et forme).</i>
Samedi 27 Juillet 10.15 - 12.00	<i>Comment construire la force du taiji quan.</i>
Dimanche 28 Juillet 10.15 - 12.00	<i>thème commun «Creuser la poitrine et arrondir le dos» Les principes du taijiquan ont des exigences strictes pour la posture, aussi.</i>

Présentation des Professeurs

Choque Jacques (France)

Adresse : Le Hammel 50870 Tirepied.
email : jacchoque@hotmail.com.
Taiji quan : pratique depuis 12 ans, enseigne depuis 6 ans.
Professeurs : Formation avec Henri Marigliano, James Sumarac.
Style : Chen Pan Ling.
Autres arts : Karaté (moniteur Gamille Karaté Kai).
Enseigne : français, anglais.

Collé Jean-Michel (France)

Adresse : 5 rue de la croix, 06300 Nice.
email : mimicheu@gmail.com.
Taiji quan : pratique depuis 24 ans, enseigne depuis 10 ans.

Professeurs : Philippe Sokolovitch (pour le style Yang).
Wang Shu Lan (3^{ème} génération Chen Fake)
Liu Ting (pour la lance).
Style : Yang, version Yang Cheng Fu
Chen, 1ère version Feng Zhiqiang.
Enseigne : français, anglais.

Dornelly Godfrey (Angleterre)

Adresse : 75 Edenbridge Road, Enfield, Middlesex EN1 2HS.
email : maryandgodfrey@hotmail.com.
Taiji quan : pratique depuis 31 ans, enseigne depuis 29 ans.
Professeurs : Dan Docherty.
Style : Wudang.
Enseigne : en anglais.

Dreyer Serge (France)

Adresse : 19-8 Tunghai road, Taichung Taiwan.
email : serge.dreyer@gmail.com.
Taiji quan : pratique depuis 1976, enseigne depuis 35 ans.
Professeurs : Li jin Chuan, Wang yen Nien, Lai Kan zhao.
Style : yang jia michuan.
Autres arts : bagua et xing yi.
Enseigne : en anglais et en français.

Du Feu Martin (Jersey)

Adresse : 40 rue Pargaminière, 3100 Toulouse.
email : dragontao9@hotmail.com.
Taiji quan : pratique depuis 43 ans, enseigne depuis 34 ans.
Professeurs : Tommy Fong, Chow, Xue WenZhi, Li Dexing, Jingjie Sha.
Style : yang 24 et 42 compétition.
Autres arts : divers qigong, hsing-I, lohan shaolin, armes traditionnelles.
Enseigne : en anglais et en français.

Gruber Cornélia (Suisse)

Adresse : Mt. Cornu 13, 2300 La Chaux-de-Fonds, Suisse
email : cornelia.gruber@bluewin.ch
Taiji quan : pratique depuis plus de 40 ans, enseigne depuis plus de 30 ans.
Professeurs : Sifu Bow Sim Mark.
Style : Tai-Chi Chua Combiné 67 mouvements.
Autres arts : qigong, méditation, qigong tui na massage, ba gua zhang .
Enseigne : en anglais, en allemand et en français.

Hengst Daan (Hollande)

Adresse : Rietschoot 103, 1511, Oostzaan, Hollande.

email : d.hengst1@chello.nl.
Taiji quan : pratique depuis 1984, enseigne depuis 1997.
Professeurs : Rob and Erich Völke, Wee Kee Jin
Style : Yang style (Cheng Man Ching).
Autres arts : tennis
Enseigne : en allemand et en anglais.

Huynh Chieu Duong (Belgique)

Adresse : 54 avenue E Pirinez 1040 Bruxelles, Belgique.
email : huynhchieuduong@yahoo.fr.
Taiji quan : pratique depuis 1971, enseigne depuis 19 ans.
Professeurs : Thuy Phap (la méthode de l'eau).
Autres arts : les arts traditionnels du Vietnam.
Enseigne : en vietnamien, anglais et français.

MacGinlay Barry (Angleterre)

Adresse : 45e Belsize Park Gardens, Hampstead, Camden, London NW3 4JL
email : info@taichilife.com
Taiji quan : pratique depuis 25 ans, enseigne depuis 16 ans.
Professeurs : Richard Watson, Simon Watson, Maître Wang yang ji, Li Deyin Faye, Yip Tary Yip.
Style : Yang.
Autres arts : Hapkido et qigong
Enseigne : en anglais.

Moore David (Etats Unis)

Adresse : 435 Gooding Way apt 445 Albany CA. 94706, Etats Unis
email : moored@berkeley.edu
Taiji quan : pratique depuis 1996, enseigne depuis 2008.
Professeurs : John Cole.
Style : YMT taiji quan, gong-fu de la grue blanche, qi gong, bagua zhang.
Enseigne : en anglais et un peu en français.

Nousiainen Heikki (Finlande)

Adresse : Londres, Angleterre.
email : nousiainen.heikki@gmail.com.
Taiji quan : pratique depuis 40 ans, enseigne depuis 30 ans.
Professeurs : Cheng Man Ching, Leong, Dan Docherty.
Style : Wudang.
Autres arts : Kali silat.
Enseigne : en anglais, français, suédois, finlandais et un peu espagnol.

Pérot Jean-Luc (Belgique)

Adresse : 9, rue Henri Lemaitre 5000 Namur BELGIQUE.
email : jean.luc.perot@taichichuan.be.

Taiji quan : pratique depuis 40 ans, enseigne depuis 30 ans.
Professeurs : Serge Dreyer.
Style : Yang michuan.
Autres arts : Jiseido.
Enseigne : en anglais, français et espagnol.

Shi Dan-Qiu (Hollande)

Adresse : Saffierstraat 97-A, 1074 GP, Amsterdam, Hollande.
email : info@neigong.nl.
Taiji quan : pratique depuis 1966, enseigne depuis 1989.
Professeurs : Gu Li-Sheng, Zhang Zhuo-Xing, Yao Cheng-Guang, Yao Cheng-Rong.
Style : Yang.
Autres arts : Yiquan, Baguazhuang, and Xingyiquan.
Enseigne : en anglais.

Solnon Manuel (France)

Adresse : 20 place des Terreaux, 69590 Saint Symphorien sur Coise.
email : solnonmanuel@gmail.com.
Taiji quan : pratique depuis 28 ans dont 13 à Taiwan, enseigne depuis 10 ans.
Professeurs : Henry Mouthon puis mes maîtres à Taiwan; Me Wang Y.N. et Me Jeng X.C.
Style : style Yang, plus précisément le yangjia michuan.
Enseigne : en français et en anglais.

Tran Cong Francine (France)

email : libresnuages@gmail.com
Taiji quan : Pratique le karaté de 1979 à 1997, le taiji quan depuis 1997 et qigong depuis 2000. Enseigne depuis 2011.
Professeurs : CHEN Yuying - MOK Zhuangmin - LI Pobai.
Style : yang - wudang - wu - sun - chen.
Enseigne : en français.

Van Drooge Judith (Pays-Bas)

Adresse : Molenweg 107, Pays Bas.
email : judith@inner-touch.nl.
Taiji quan : pratique depuis 20 ans, enseigne depuis 18 ans.
Professeurs : William C.C. Chen et Luis Molera.
Style : yang et différents qi gong.
Autres arts : méditation.
Enseigne : en anglais.

Communications orales (14h – 15h).

Vendredi 26 Juillet 14.00 - 14.20	<i>Dreyer Serge : modes de socialisation en Chine et tai chi</i>
Vendredi 26 Juillet 14.30 - 14.50	<i>Hengst Daan : que signifie la porte de la vie ming men, comment l'utiliser quotidiennement.</i>
Samedi 27 Juillet 14.00 - 14.20	<i>MacGinlay Barry : tai chi martial, la voie du lettré et du guerrier.</i>
Samedi 27 Juillet 14.30 - 14.50	<i>Shi Dan Qiu : Principes du taiji quan, comment s'entraîner pour en bénéficier.</i>
dimanche 28 Juillet 14.00 - 14.20	<i>Moore David : Introduire les arts martiaux aux jeunes</i> <i>David Moore parlera de son expérience en développant, avec ses filles, un cours d'arts martiaux destiné à un public plus jeune, dans le but ultime de passer plus de temps avec ses enfants et de partager son amour des arts martiaux avec eux.</i>
dimanche 28 Juillet 14.30 - 14.50	<i>Gruber Cornélia : Clinique pour enseignants du tai-chi chuan.</i> <i>Je propose un soutien et échange par rapport aux plaisirs et douleurs qui me semblent spécifiques dans notre métier. Par le lien sifu-élève nous nous trouvons dans une situation intime avec nos "clients". Savoir, cœur, argent, administration, bienveillance discipline - tout doit être géré par sifu. Personne peut mieux conseiller comment faire face tout seul à tant de différents besoins que les enseignants du tai chi chuan eux-mêmes.</i>

Démonstrations (15h – 15h30)

Avant la séance de tui shou, il vous est possible de proposer une démonstration, n'hésitez pas à nous contacter. Certains des animateurs ont déjà annoncé quelques démonstrations :

Collé Jean-Michel : 1) début de la 2^{ème} partie du 108 style Yang, 2) lance, 74 mouvements, mélange de style Chen et de xing yi, 3) 48 mouvements, 1^{er} taolu de compétition, comprenant les 4 styles principaux de taiji quan.

David Moore : démonstration de sabre laser à la tombée de la nuit.

Pérot Jean-Luc : avec le groupe des participants bâton long s'il y en a et s'ils sont d'accord

Francine Tran Cong : qigong de l'homme authentique cultivant l'harmonie.

Judith van Drooge : sabre yang style 60 mouvements de Rosa Chen Taiwan.

Au début du tui shou, Serge Dreyer assurera l'initiation du tui shou pour les débutants (15h30-16h15).

En parallèle au tui shou, de 16h15 à 18h00, pour ceux qui le souhaitent, le barnum est mis à votre disposition pour une séance de massage autogérée.

Stages organisés autour des RJ 2019

Solnon Manuel : du 29 juillet au 30 juillet sur le tuishou et la perche, contact : solnonmanuel@gmail.com.

Pérot Jean-Luc : du 29 juillet au 30 juillet sur le bâton long, contact : jean.luc.perot@taichichuan.be.

Van Drooge Judith : du 29 juillet au 31 juillet, contact : www.inner-touch.nl, judith@inner-touch.nl.

Photos des animateurs

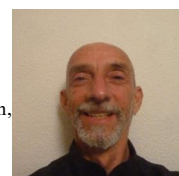
Choqué Jacques

Atelier / Workshop :
Taichi quan pour les enfants,
Taichi quan for children.



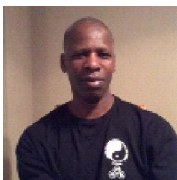
Collé Jean-Michel

Atelier / Workshop :
Relâchement et respiration inversée
dans l'engendrement du yang par le yin.
Relaxation and inverse breathing in
yang beginning by yin.



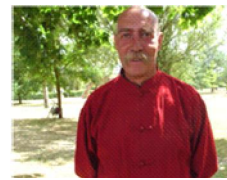
Dornelly Godfrey

Atelier / Workshop :
Travail autour du tui shou : Dao-yin,
Zhang Zhuang; techniques shuai jiao,
chi na,
Tui shou working : Dao-yin, Zhang,
Zhuang; shuai jiao, chi na techniques.



Du Feu Martin

Atelier / Workshop :
Xing-Yi,
Xing-Yi.



Gruber Cornélia

Atelier / Workshop :
Augmenter la sensation du Qi dans la pratique,
Increasing the feeling of Qi.

Présentation / Presentation :
Clinique pour enseignants du Tai-Chi Chuan,
Tai-Chi Chuan teacher's clinic.



Hengst Daan

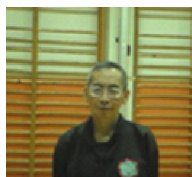
Atelier / Workshop :
La poussée en douceur, Soft push.

Présentation / Presentation :
Que signifie la porte de la vie Ming Men,
comment l'utiliser quotidiennement ?,
What is the Ming Men (the gate of life) and
how can we use it in daily life activities.



Huynh Chieu Duong

Atelier / Workshop :
Cercles infinis, autodéfense,
Infinite circles, self-defense.



McGinlay Barry

Atelier / Workshop :
Tui shou, Pushing Hands.

Présentation / Presentation :
Tai chi martial, la voie du lettré et du
guerrier,
Martial Arts Tai chi, the scholar warrior
way.



Moore David

Atelier / Workshop :
Gong-fu du sabre de la lumière,
Sabers of light gong-fu.

Présentation / Presentation :
Introduire les arts martiaux pour les jeunes
Introducing martial arts to the young people.



Nousiäinen Heikki

Atelier / Workshop :
Qi gong, tui shou, autodéfense,
Qi gong, pushing hands, selfdefense.



Pérot Jean-Luc

Atelier / Workshop :
Bâton long,
Longstaff.



Ski Dan-Qiu

Atelier / Workshop :
Les bases du taiji quan, Taiji quan basics.

Présentation / Presentation :
Principes du taiji quan, comment s'entraîner
pour en bénéficier,
The system of Taijiquan and how to train
Taijiquan to get the maximum benefit.



Solnon Manuel

Atelier / Workshop :
Epée, forme courte des 25 pas,
Sword, 25 steps short form.



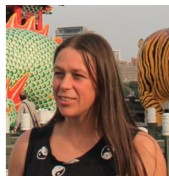
Tran Cong Francine

Atelier / Workshop :
Da o Yin,
Da o Yin.



Van Drooge Judith

Atelier / Workshop :
Taichi et auto-coaching,
Taichi and self-coaching.



Qui est notre chef cuisinier ?



Jean-Marie Barbotin

Si vous croisez Jean-Marie Barbotin dans l'herbe haute des fossés - le panier d'osier à la main - c'est qu'il vous prépare, à base de violettes, une de ses recettes enviées des dieux. On aime en outre le surprendre derrière les grilles d'un cimetière de village, poser son dévolu sur un pied de romarin béni, qu'il vous acoquine, sans complexe, à une tarte aux abricots. En pleine inspiration, Jean-Marie Barbotin s'amuse à glisser des pépites de chocolat blanc au cœur d'une purée de panais gentiment couchée sur son pavé de bœuf. La mine réjouie, il vient vous servir le tout avec verve et humour. Naturellement. Une petite pointe de talent, en sus, cachée derrière la malice insouciant d'un cuisinier amoureux des mets. Et des gens. Simplement. (extrait de la page web du cuisinier).

Inscription - Rencontres Jasnieres 2019.

A retourner impérativement avant le 20 Juillet 2019

Nom (en lettres capitales) :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

email :

Enregistrement :

Je règle à l'**avance** l'inscription par un chèque de **95 €** ou par virement (Iban : FR76 1548 9048 1600 0134 3124 051, BIC CMCIFR2A) ou bien encore en ligne via notre site web. Précisez votre nom.

Je règle les frais de participation **sur place** au tarif de **120 €**.
Inscription de trois jours non sécable ! Le formulaire est dans tous les cas à envoyer à : ARAMIS, 39 rue P. Eluard, 72000 Le Mans - France.

J'ai besoin d'un reçu en arrivant : **oui** **non**

Sans réponse négative d'ARAMIS, votre inscription est acceptée à la réception de vos droits d'inscription.

Note importante :

Les frais d'inscription ne couvrent pas les risques d'intempérie et à moins d'une annulation totale des 3 jours d'activité, il ne sera procédé à aucun remboursement. Les désistements postérieurs au 15 juillet ne seront pas remboursés. Pour les ateliers tui shou, pensez à enlever vos lunettes et bijoux pour éviter tout dommage. ARAMIS décline toute responsabilité en cas de vol, de bris de matériel, de dommage corporel durant les RJ.

Ateliers choisis :

Inscrivez vos ateliers par ordre de préférence : *(nous essayerons de respecter vos désirs bien qu'il soit parfois nécessaire de répartir les participants dans tous les ateliers).*

	7h45 - 9h30		10h15 - 12h00	
	choix 1	choix 2	choix 1	choix 2
vendredi 26				
samedi 27				
dimanche 28				

Signature :

Date :

Inscription – Restaurant.

A retourner impérativement avant le 20 Juillet 2019.

Nom (en capitales et script):

Prénom :

Nombre de repas :

La réservation et le paiement à l'avance sont impératifs.

	vendredi 26		samedi 27		dimanche 28	
	adulte	enfant	adulte	enfant	adulte	enfant
midi						
soir						

Adultes : * 12 € =enfants..... * 6,50 € =**Total = €.**

Paiement : () sécurisé en ligne depuis notre site, () virement international, () chèques bancaires **en euros** établis à l'ordre d'ARAMIS et **envoyés avec ce coupon** à ARAMIS, 39 rue P. Eluard, 72000 LE MANS. Le versement direct sur notre compte (Iban : FR76 1548 9048 1600 0134 3124 051, BIC CMCIFR2A) est possible mais **précisez bien votre nom et le nombre de repas.**

NB « enfant » = moins de 10 ans.

.....x
Réservation obligatoire – Camping .

à retourner directement au **camping** avant le 20 Juillet 2019.

Nom (en capitales et script) :

prénom :

adresse :

tel :

email :

mode et nombre d'installations :

caravane :

tente :

camping-car :

électricité : oui non

nombre d'adultes : nombre d'enfants : (moins de 10 ans)

date d'arrivée : 2019 date de départ : 2019

Le bureau du camping est ouvert de 9h à 20h, la barrière de 7h à 22h.

Camping Lac des Varennes, Saint-Lézin, route de Port-Gauthier, 72340 Marçon, Téléphone : 33(0)2 43441372, email : contact@lacdesvarennes.camp.

Signature :

Date :

Formulaires à renvoyer

ou inscription et paiement en ligne :

<http://taichilemans.fr/>

avant le 20 juillet 2019

A.R.A.M.I.S

Association de Recherche
en Arts Martiaux Internes
en Sarthe

39, rue Paul Eluard 72000 Le Mans
Tél : 02 43 76 88 08, 06 19 82 28 10

<http://taichilemans.fr/>
fabienneponcin@yahoo.fr