

Association Belge de Tai Chi Chuan & Chi Kung

STAGE de Chi Kung autour des Cinq Animaux

**Samedi 5 mai de 14h30 à 19h &
Dimanche 6 mai de 9h30 à 16h30**

Stage de 2 jours réservé aux élèves de Tai Chi Chuan (niveau intermédiaire) et de Chi Kung, limité à 25 personnes.



Le Chi Kung des Cinq Animaux du Docteur Hua Tuo (environ 200 après JC) apporte beaucoup de bénéfices pour les différents systèmes du corps (muscles, tendons, articulations...) et pour la circulation de l'énergie.

Certainement par son ancienneté et son rapport à l'observation de la nature, ce Chi Kung est à la croisée des exercices de santé, de la danse et des arts martiaux internes. Il est à la fois simple, profond et très complet. Il précise également la relation corps-esprit dans la pratique. L'image d'un animal donne tout de suite une organisation du corps particulière et une image rassemble beaucoup plus d'informations qu'une somme d'indications techniques. Ce Chi Kung peut également intéresser les pratiquants de Tai Chi Chuan en découvrant comment ces 5 animaux réunis synthétisent les principes essentiels des arts martiaux internes.

Le stage est mené par Olivier Gelpe.

Olivier pratique les arts martiaux internes depuis plus de 20 ans. Il s'initia au Tai Chi Chuan (enseignement de style Yang et de Li Guang Hua) avec Jean Gortais et Yves Blanc. Elève de Maître Chu King Hung (I TCCA), il enseigna ensuite dans cette école pendant une douzaine d'années. Il a étudié auprès de Su Dong Chen, fondateur de l'école " Essence of change" (Tai chi, Hsing I, Pa kua). Il pratique également le Chi Kung et a suivi la formation de Zhi Neng Qi Gong avec Maître Zhou Jing Hong et le docteur Jean Becchio. De 1973 à 2005, Olivier Gelpe a eu un parcours professionnel d'artiste chorégraphique. Il a travaillé comme interprète dans de nombreuses compagnies de danse contemporaine et a participé à des projets transversaux initiés par lui même ou en partenariat avec d'autres artistes. En 1994, il fut Lauréat d'une bourse Villa Médicis pour un voyage au Japon. En 2000, il obtient avec Christine Burgos une bourse de recherche du ministère de la culture pour une étude sur l'écriture chorégraphique. Tout au long de ce parcours, il a également enseigné la danse essentiellement pour des professionnels mais aussi pour des amateurs, dans des structures institutionnelles comme dans des structures indépendantes. Il dirige avec Christine Burgos l'école d'arts énergétiques « Les Portes du Corps » à Bourg en Bresse.

Tarifs : 100 euros pour les deux jours, 90 euros tarif réduit.

Inscription : auprès des professeurs de Chi Kung Solange 0495 25 03 52 ou Sophie 0496 42 42 46 sophiebonhote@yahoo.fr.

Adresse : Salle Palestra, 32 av L. Wiener à Watermael-Boitsfort (derrière l'école néerl. Wemelweide, près de la Place Keym). Itinéraire disponible.

Covoiturage et logement : n'hésitez pas à nous communiquer un souhait de co-voiturage, voire de logement sur Bruxelles, des solutions avec les élèves Bruxellois sont possibles !!

Espace vert et cuisine à disposition sur place, Place Keym à 5 minutes à pied, avec cafés, snack et restaurant. Prendre votre coussin de méditation.

A.B.T.C.C.K. Yun Shou asbl – www.chikungbelgique.be

