

# TAI CHI

STAGE DU 16 AU 20 JUILLET 2024

Jean Pierre Cayrol

Stéphane Philippe

Patrick Chabanol

Christine Tessier

Bruno Dovis

Didier Jourdan

**ouvert aux niveaux 13 à 17**

Le stage se déroule à la Saulsaie  
01120 Montluel

Du mardi 16 juillet à 16h  
au samedi 20 juillet à 18h

## **Attention**

Effectif limité à 70

Inscriptions à partir

du lundi 6 mai



*Chaque matin, dans le cloître, pratique collective des Yi Kong et de la forme puis division en sous-groupes.*

*Outre les niveaux spécifiques à chaque groupe, nous orienterons le travail sur des thèmes pointus en énergétique taoïste ainsi que sur les fondements du travail à deux libre.*

*A bientôt !*

*Jean Pierre*





# PROGRAMME

6h / jour

3h à 5h avec Jean Pierre

1h à 3h avec un enseignant de l'Institut.

## Commun à tous les groupes

- Yi Kong
- Pratique de la forme
- Travail à 2 et cercles verticaux.

## Programmes spécifiques

### Groupe 13/14

connaître le yin yang des Roue de jambes et bras 1er degré

- Approfondissement roues de bras-mains et Hoang (membranes)
- Epée à deux symétrique, *suite*
- Intégration des roues de mains-bras-jambes niveau 2, *suite*.
- Début du Tsing Chen.

### Groupe 16

avoir débuté la Sphère Yin Yang

- Hoang chi Form, *suite*
- Yin yang de la sphère, *suite*
- Epée à deux asymétrique, *suite*
- Nei Kong et Tsing Chen, *suite*.

### Groupe 17

connaître la Sphère Yin Yang

- Hoang Chi Form, *suite*
- Forme du Lotus deuxième degré, *suite*
- Epée et Yin Yang de la Sphère et formes d'épée asymétriques
- Nei Kong et Tsing Chen, *suite*

*Pour déterminer votre groupe, consultez le site.*



## Aperçu des thèmes proposés...

*Le stage est orienté vers un travail en profondeur sur les réseaux énergétiques porteurs du Souffle Interne.*

### Hoang Chi Form suite de 2023

*Ce niveau fait suite au travail de l'année dernière. Un groupe de mise à niveau est prévu pour ceux qui n'étaient pas présents au stage de 2023.*

*La circulation du Souffle Interne dépend de la mobilisation des Hoang ainsi que de leur mise en relation avec des points spécifiques.*

### Roues de mains - bras - jambes

*Niveau 2 : intégration de la dynamique. pour **groupe 13/14.***

### Tsing Chen débutants - **Nouveau**

*Pratiques énergétiques taoïstes avancées. pour **groupe 13/14.***

### Forme d'Epée - **Nouveau**

*Yin Yang de la Sphère, **groupe 17.** Formes à 2 asymétriques.*

### Yin yang de la Sphère, *suite.*

*Niveau avancé des Chi form pour **groupe 16.***

### Tsing Chen et Nei Kong, suite 2023. **Nouveau**

*Pratiques énergétiques taoïstes avancées. **Groupes 16 et 17.***

### Forme du Lotus, deuxième degré. **Nouveau**

*Pratique la plus avancée dans les enseignements Yang. Jamais enseigné. **Groupe 17.***

*Si vous connaissez certains points du programme d'un groupe, vous pouvez suivre un autre cours, dans un autre niveau, en initiation ou en révision. Dans ce cas, contactez-moi.*

# FORMULES ET TARIFS DE SEJOUR

## 3 formules

Pension complète, Demi-pension, Externe

### PRIX DU STAGE : 300 €

En cas de difficultés financières, un échelonnement est toujours possible.

### HEBERGEMENT

Tarif unique pour chambre individuelle ou chambre à deux.  
Les demandes seront traitées par ordre d'arrivée.

Comme chaque année, nous ferons le maximum afin de loger chacun selon sa demande, mais la capacité d'hébergement étant limitée dans chaque catégorie, nous pouvons être amenés à vous proposer un type de chambre différent (individuelle ou à deux), à tarif équivalent.

L'inscription au stage suppose que vous acceptiez cette éventualité.

La pension complète de base comprend 3 repas/jour et 4 nuits, du dîner de mardi au déjeuner de samedi midi. Le stage s'achève samedi entre 17 h et 18 h selon les groupes.

Un dîner de fin de stage est proposé en option samedi soir.

Si vous souhaitez y participer, précisez la formule de votre choix. Voir ci-dessous.

Vous pouvez aussi rester la nuit de samedi à dimanche.

### PENSION COMPLETE

<b>PENSION COMPLETE</b>	<b>SÉJOUR de base</b> 5 jours, 4 nuits	<b>SÉJOUR Base +</b> <b>repas fin de</b> <b>stage</b>	<b>SÉJOUR Base +</b> <b>repas fin de stage</b> + nuit samedi à dimanche + petit déj.
<b>Formule A</b> Chambre individuelle <b>sans lavabo</b> , douche et lavabo à l'étage	248 €	270 €	288,50 €
<b>Formule B</b> Chambre individuelle <b>avec lavabo</b> , douche à l'étage	256 €	278 €	296,50 €
<b>Formule C</b> Chambre à 2 <b>avec lavabo</b> , douche à l'étage	256 €	278 €	296,50 €

Amenez draps, housses de traversin et linge de toilette. Seuls les couvertures et traversins sont fournis.

### DEMI-PENSION ET EXTERNE

<b>DEMI-PENSION ET EXTERNE</b>	<b>BASE</b>	<b>BASE</b> + repas fin de stage
<b>DEMI PENSION</b> 4 repas et accès aux douches.	108 €	130 €
<b>EXTERNE</b> accès aux douches.	20 €	42 €

---

# INSCRIPTIONS

## A partir du lundi 6 mai

---

**Le stage est rapidement complet. Si vous souhaitez y participer, ne tardez pas à vous inscrire.**

ARRHES : à l'inscription, vous réglez :

- le montant de votre pension à l'ordre de MFR encaissable par la MFR dès le 15 juin.
- le montant du stage, 300 €, à l'ordre de JP Cayrol, encaissé la semaine précédant le stage.
- le règlement du stage peut-être effectué en plusieurs fois.

En cas de désistement, si personne ne vous remplace :

Jusqu'au 30 Juin, 30% des arrhes sont conservées.

Du 30 Juin au début du stage, la totalité des arrhes est conservée.

### BULLETIN D'INSCRIPTION

A partir du **lundi 6 mai**, envoyer à  
**JP Cayrol, 29 chemin des Fonts - 69110 Ste Foy Les Lyon**

Nom :

Prénom :

Adresse complète :

Tél (obligatoire) :

e-mail pour confirmation :

**HÉBERGEMENT : à remplir précisément selon tableau page 3**

**Chambre :**                      formule A                       formule B                       formule C

ou **Demi-pension**     ou **Externe**

Dîner fin de stage :    Oui     Non                       avec nuit + petit-déj.

Montant du stage : 300€                      **à l'ordre de Jean-Pierre Cayrol**

Montant de la pension : .....**à l'ordre de MFR**

**Groupe dans lequel vous vous inscrivez, correspondant à votre niveau actuel.**

Groupe 13/14                       Groupe 16                       Groupe 17

Date d'inscription :

Signature :



# Les enseignants



Jean Pierre Cayrol  
disciple-héritier 6<sup>ème</sup> génération  
Institut de Tai Chi-Lyon



Stéphane Philippe  
Institut de Tai Chi-Lyon



Patrick Chabanol  
Institut de Tai Chi-Saint Etienne



Christine Tessier  
Institut de Tai Chi-Bourg



Bruno Dovis  
Institut de Tai Chi-Saint Priest Corbas



Didier Jourdan  
Institut de Tai Chi-Ardèche