

TAI CHI

STAGE DU 22 AU 25 JUILLET 2026

Jean Pierre Cayrol

Stéphane Philippe

Patrick Chabanol

Christine Tessier

ouvert aux niveaux 16 et 17

.....
ATTENTION

stage plus court

Le stage se déroule à la Saulsaie
01120 Montluel

Du mercredi 22 juillet à 16h
au samedi 25 juillet à 12h

.....

Effectif limité à 50

Inscriptions à partir du

lundi 11 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

4h à 6h avec Jean Pierre

1h à 2h avec un enseignant de l'Institut.

Commun à tous les groupes

- Yi Kong
- Pratique de la forme
- Shen Kong
- Hoang Chi Form
- Travail à 2 et cercles verticaux.

Programmes spécifiques

Groupe 16

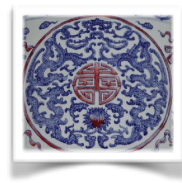
avoir débuté la Sphère Yin Yang

- Hoang Chi Form, *suite*
- Yin yang de la sphère, *suite*
- Forme du sabre
- Shen Kong *suite*.

Groupe 17

connaître la Forme du Lotus 2ème degré

- Hoang Chi Form, *suite*
- Forme du Lotus deuxième degré, *suite*
- Epée et Yin Yang de la Sphère, intégration dans l'épée asymétrique
- Shen Kong, *suite*



Aperçu des thèmes proposés...

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

La plupart des pratiques enseignées durant ce stage étant confidentielles, nous ne les détaillerons pas sur ce programme.

Yi Kong et Forme, corrections

Tui Shou Groupes 16 et 17

Recherche du point d'équilibre et de restructuration. Cercles verticaux et applications,

Hoang Chi Form Groupes 16 et 17 *suite*

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

Forme d'Epée - Groupe 17

Yin Yang de la Sphère, applications
Formes martiales à 2 asymétriques, approfondissement.

Forme du sabre Groupe 16

Apprentissage de la Forme.

Shen Kong, suite 2025. Groupes 16 et 17

Littéralement « Travail sur l'Esprit »
Pratiques énergétiques taoïstes avancées.

Forme du Lotus Groupe 17 *suite*

Pratique énergétique la plus avancée dans les enseignements Yang. Jamais enseigné.

FORMULES ET TARIFS DE SEJOUR

3 formules

Pension complète, Demi-pension, Externe

PRIX DU STAGE : 220 €

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 3 nuits, du dîner de mercredi au déjeuner de samedi midi. Le stage s'achève samedi à 12h.

ATTENTION

Le stage débute le mercredi à 16h et se termine le samedi à 12h, soit un jour de moins que l'année dernière.

Il n'y aura pas la possibilité de rester la nuit de samedi à dimanche. Nous en sommes désolés...

<u>PENSION COMPLETE</u>	<i>départ samedi après repas de midi</i>	<i>départ samedi après cours, sans repas midi</i>
Formule A Chambre individuelle sans lavabo , douche et lavabo à l'étage	252 €	224 €
Formule B Chambre individuelle avec lavabo , douche à l'étage	260 €	232 €
Formule C Chambre à 2 avec lavabo , douche à l'étage	260 €	232 €

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

DEMI-PENSION ET EXTERNE

<u>DEMI-PENSION ET EXTERNE</u>	BASE	<i>départ samedi après cours, avant repas midi</i>
DEMI PENSION 4 repas et accès aux douches.	112 €	84 €
EXTERNE accès aux douches.	20 €	+ 28 € si repas samedi midi

INSCRIPTION

A partir du lundi 11 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, 220 €, 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 11 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**

Départ après le repas de samedi midi :

Départ avant le repas de samedi midi :

Montant du stage : 220 € **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 16

Groupe 17

Date d'inscription :

Signature :



Les enseignants



Jean Pierre Cayrol
disciple-héritier 6^{ème} 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