

Chen Taijiquan - entraînement et rencontre

14 janvier 2018 à Neuchâtel

Organisée au bord du lac de Neuchâtel par l'association CWTACH, - CHEN XIAOWANG WORLD TAIJIQUAN ASSOCIATION SWITZERLAND -, cette première rencontre est dédiée à toute personne intéressée. Cette journée offre l'opportunité de pratiquer le Taijiquan Chen de manière intensive, sous l'égide et les directives de personnes compétentes (enseignants certifiés par Maître Chen Xiaowang) ainsi que de poser des questions, recevoir des corrections et d'échanger avec d'autres pratiquants.

Nous nous réjouissons de partager ces moments stimulants en votre compagnie !

Programme

«STANDING et REELING SILK»

avec Regula Stehli-Schär

9h - 10h30
Halle 3

Après une expérimentation en profondeur du Standing, nous structurons, avec les mouvements du Reeling Silk le fleuve de notre énergie pour peu à peu le condenser et mieux le relier à Dantian. Ainsi nous nous préparons à exploiter tous les avantages du Taijiquan.

«LAOJIA ERLU - forme du poing canon» 1ère partie

avec Allon Moritz

10h45 - 12h15
Halle 3

Introduction à Laojia Erlu qui est la continuation de Laojia. C'est une forme explosive, avec des mouvements rapides et beaucoup de coups de poing et de pieds. Ces mouvements rapides, nommés Fajin, rappellent que le Taiji est enraciné dans les sports de combat.

12h15 - 13h45

Pause

«AIKIDO – TAIJIQUAN - parallèles et applications»

avec Alfons Lötscher

13h45 - 15h15
Halle 3 et

Depuis quelques années déjà, Alfons explore les points communs et les différences entre Aikido et Taijiquan. Sans vouloir opposer l'une à l'autre les deux pratiques, il peut dire aujourd'hui que l'Aikido est plus dansant et que le Taijiquan de style Chen est plus combatif. Toutefois, si le Taijiquan apaise plutôt l'esprit, l'Aikido s'oriente davantage vers la self-défense.

15h30 - 17h
Halle 4

Lors de ce workshop, les similitudes et complémentarités sont explorées, en lien avec la pratique du Taijiquan.

A qui s'adresse cette journée ?

Tous les modules sont accessibles à toute personne intéressée, avec ou sans expérience de la pratique du Taijiquan.

Prix :

Membres de l'association CWTACH : la participation aux divers modules est offerte

Non-membres : 1 module = CHF 20.-, journée complète CHF 70.-



Informations et inscription : www.cwtach.ch

ou par tél. : 079 238 12 72

Délai d'inscription : 5 janvier 2018



Les enseignants :

Regula Stehli-Schär (SO) - www.sansong.ch

Depuis 1991, Regula Stehli-Schär pratique, avec son Shifu, Maître Chen Xiaowang, le Taijiquan élaboré par la famille Chen. En 1991, elle obtenait de Maître Chen la permission d'enseigner et, depuis 2006, elle est son élève directe. Regula enseigne partout en Suisse. A Olten, elle a sa propre école dans laquelle elle dispense son savoir, tant en Taiji de style Chen qu'en Qigong.

Allon Moritz (GR) – www.push-hands.ch (en préparation)

En 2006, lors de sa participation à un workshop dirigé par maître Chen Xiaowang, commençait pour Allon son voyage en Taijiquan de style Chen. Dès lors, sa fascination pour la pratique du Taiji ne fit que croître. Outre le travail intérieur, les aspects combatifs du Taijiquan Chen intéressent Allon.

Depuis 2014, il a été certifié pour diverses formes par Maître Chen Xiaowang.

Alfons Lötscher (ZH) - www.dojo-alfons-loetscher.ch

Alfons pratique depuis 1983 l'Aikido. Cinquième Dan, il commence d'enseigner en 1991 et ouvre en 2000 sa propre école à Zurich. Depuis 1998, il pratique également le Taijiquan et partage son savoir depuis 2004. Il a été certifié pour diverses formes par Maître Chen Xiaowang.

Accès :

En train :

Liaison directe de Genève, Zurich et Berne. Depuis la gare de Neuchâtel, prendre le funiculaire jusqu'à l'arrêt «Université» puis à pied jusqu'au « Complexe sportif de la Maladière » (10min.)

En voiture :

De Berne, Bienne ou Zurich : Sortie «Neuchâtel – Centre / Maladière»

Parking : directement au port – 1er rondpoint à gauche puis sortie à droite ou 2ème rondpoint, 2ème sortie gauche, parking de la Maladière

Matériel : Vêtements pour l'entraînement et chaussures pour la halle / boisson et snack / des pommes seront à disposition gratuitement

Salle :

Complexe sportif de la Maladière (Halles 3 et 4) à Neuchâtel

