

Auréa accueille Marie Souris Romé



Health Qigong International Referee Certificate, Vancouver, 2025

6ème Duan Daoyin KangYangFang, HXF-DYKYF

4ème Duan Qigong pour la santé, IHQF (International Health Qigong Federation)

3ème Duan de Wushu sportif, FFAEMC (Fédération Française des Arts Energétiques et Martiaux Chinois)

Professeur de Qi Gong à l'École du centre Tao à Tours.

Double médaillée d'or, médaillée d'argent et double médaillée de bronze aux Jeux Mondiaux de Qigong pour la Santé à Vancouver 2025,

Médaillée d'Or aux Jeux Européens de Qigong pour la santé à Vienne 2024,

Médaillée d'argent aux Jeux Mondiaux de Qigong de Santé à Tokyo 2023.

Stage de Qi Gong pour la santé

Méthodes officielles de l'Association Chinoise de Qigong pour la santé,
Chinese Health Qigong Association.

TAIJI YANG SHENG ZHANG ou Le Bâton de Yang Sheng Taiji

Stage de découverte / perfectionnement

Samedi 14 et dimanche 15 février 2026

Les exercices du Taiji Yang Sheng Zhang sont ponctués de mouvements conduits par le bâton et coordonnés par la respiration et le réajustement de l'esprit. C'est une très bonne technique pour entretenir l'harmonie du corps et ainsi préserver la santé. Ses mouvements sont élégants et conviennent aux pratiquants de tout âge et de tout niveau.

Stage tous niveaux, ouvert à tous



Où ?

Le stage aura lieu à la salle des fêtes de Villié-Morgon (69), rue du château de Foncrenne.

Pour qui ?

Ce stage est idéal pour vous si :

Vous souhaitez découvrir ou approfondir cette méthode.

Vous voulez vous ressourcer grâce aux méthodes naturelles l'aide de techniques asiatiques millénaires.

La méthode :

Cet exercice se pratique à l'aide d'un bâton. Dans la culture traditionnelle chinoise, le bâton est utilisé comme instrument pour augmenter l'équilibre entre le Yin et le Yang. Le Taiji YangSheng Zhang (Taiji avec un bâton) fait partie des nouveaux exercices créés sous la direction chinoise du Centre de gestion du Qigong pour la santé. Il s'inspire des concepts de la culture traditionnelle du Taiji, notamment l'harmonie entre le Yin et le Yang ainsi que l'unité entre le ciel et l'homme. Il a également hérité de la quintessence des exercices traditionnels reposant sur l'usage d'un bâton, avec des mouvements souples et doux. Cette méthode de Qigong pour la santé associe le Daoyin (exercice physique et respiratoire) au Yangsheng (entretien de la santé pour la longévité) et l'exercice physique au perfectionnement mental. Le bâton fait fonction de balancier qui dans un mouvement régulier et alternatif ramène l'équilibre au centre du corps. L'usage du bâton rend ce Qigong particulièrement ludique et joyeux. En rétablissant l'équilibre du corps, il rétablit par la même occasion l'équilibre mental : la paix, la sérénité, le calme et l'harmonie à l'intérieur et à l'extérieur de la personne. La maîtrise de la respiration, de la concentration et du mouvement favorise une bonne circulation du sang et de l'énergie. Cette maîtrise engendre la souplesse et une bonne condition physique et mentale.

Programme et horaires :

Samedi 9h30-12h30, 14h00-18h00. Dimanche 9h00-12h30, 14h00-17h00.

Horaires du samedi :

- Le matin : 09h30/12h30 : Accueil, présentations (de la technique, des intervenants), et pratique des premiers mouvements (démonstrations, explications techniques et théoriques),
- Pause déjeuner, (repas libre)
- L'après-midi : 14h00/18h00 : pratique de la posture de l'arbre de santé et de longévité puis suite de la série.

Horaires du dimanche :

- Le matin : 9h00/12h30 : méditation assise (environ 30min), prévoir un coussin ferme et un tapis de sol, révision des mouvements de la veille puis suite de la série,
- Pause déjeuner, (repas libre)
- L'après-midi : 14h00/17h00 : suite et fin de la série.

Quelques exercices des Daoyin Kang Yang Fang pourront être proposés durant ce stage afin de permettre une bonne préparation et une bonne récupération. Ce sera également l'occasion de découvrir ces merveilleuses techniques pour l'entretien de la santé.

Le programme est non-contractuel : il est donné à titre indicatif et dépend du déroulement du stage, du niveau des stagiaires et des mesures sanitaires en vigueur à la date du stage. Il ne s'agit pas d'une formation professionnelle.

Tarifs :

185€ pour les élèves de Qi Gong de l'association Auréa,

200€ pour les extérieurs.

Partenariat :

Ce stage est proposé par l'association Auréa en partenariat avec Marie Souris Romé, Auréa est une association Villiatonne, organisatrice de ce stage au bénéfice de ses adhérents dans le cadre de ses activités qui sont : Créer & promouvoir des activités permettant à tous un accès au bien-être & au développement personnel.

Il est nécessaire d'être membre de l'association pour participer à ses activités. Adhésion à l'association : 15€

Les membres de "Auréa" à jour de leur cotisation 2025/26 n'ont pas à re-régler cette adhésion.

Conditions générales :

Règlement : chèques ou virement.

Chèques : tous remis à l'inscription.

Virement bancaire : nous demander un RIB.

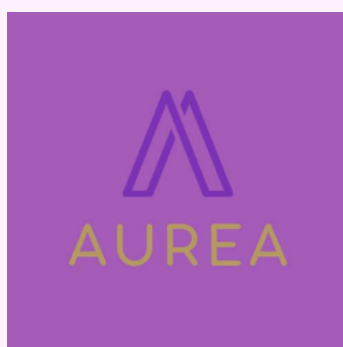
Annulation du fait du participant: si l'annulation à lieu moins de 30 jours avant le stage, il ne sera procédé à aucun remboursement sauf en cas de force majeure à justifier.

Contact :

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez nous joindre :

par mail: associationaurea69@gmail.com

ou par téléphone : 06 03 47 51 36



----- BULLETIN D'INSCRIPTION -----

Nom : Prénom :
Adresse :
CP : Ville :
Tél. : Email :
Né(e) le :

Je suis (rayer la mention inutile) :

- - Elève de l'association Aurea = 185€
- - Extérieur = 200€
- - Adhésion : 15€ (pour les non adhérents à l'association Aurea 2025/26)

Tous les chèques à l'ordre de « Aurea ».

Je soussigné(e),
m'inscris au stage de Qi Gong pour la santé du 14 au 15 février 2026 organisé par
l'association Auréa et déclare approuver les conditions générales.

Date et signature :

----- DECHARGE DE RESPONSABILITE -----

Je, soussigné(e),

déclare être titulaire d'une assurance responsabilité civile me couvrant dans la pratique du sport amateur.

Par la présente, j'indique que je décharge les organisateurs et leurs collaborateurs de toute responsabilité et de tous recours légal pour ce qui pourrait advenir en cas d'accident, de blessure, maladie, décès, dommage à ma personne au cours de ce stage, y compris d'éventuelles demandes de remboursements ou d'indemnités. J'assume toute responsabilité à titre personnel, non seulement pour moi-même mais aussi pour mes successeurs, mes assistants, représentants ou mandataires ne pouvant en mon nom attaquer juridiquement les structures organisatrices, leurs soutiens ou collaborateurs. J'accepte et respecte toutes les règles définies par les organisateurs.

J'accepte que toutes les activités liées à ce stage soient filmées, photographiées et diffusées sur quelque média que ce soit. Je suis d'accord pour que Auréa et Marie Souris Rome utilisent partiellement ou en totalité mon image, ma voix, mes gestes ou mes photos sur des supports ou vecteurs audio-visuels et je ne leur demanderai aucun frais, indemnité ou dédommagement.

Je déclare que j'ai bien compris le contenu mentionné ci-dessus.

Mentionner « lu et approuvé »

Date :

Signature du participant

Page à retourner avec votre règlement à :

Aur a, chez Mr Frédérick Broussin-Graillot, 1093 route de Morgon, 69910 Villié Morgon
06 03 47 51 36 - associationaurea69@gmail.com