

19^{èmes} Journées Nationales du Qi Gong

Renforçons notre énergie avec le Qi Gong



avec les professeurs de la FEQGAE
1 semaine partout en France
du 3 au 9 juin 2013



氣
功

Dimanche 9 juin 10:00 - 18:00
Programme de la journée
Grande Pagode du Bois de Vincennes
40, route de Ceinture-du-Lac Daumesnil – Métro Porte Dorée

feqgae@free.fr - Tel 04 42 93 34 31



www.federationqigong.com

FEQGAE – FÉDÉRATION DES ENSEIGNANTS DE QI GONG, ART ÉNERGÉTIQUE
FEQGAE - l'Estérel A - 43 avenue Paul Cézanne - 13090 - Aix en Provence

Introduit en France dans les années 70, le Qi Gong, littéralement « travail de l'énergie », gymnastique de santé traditionnelle chinoise dont les origines remontent à plus de 5.000 ans, ne cesse de se développer, offrant une approche globale de l'être, unissant corps et esprit, et respectant le rythme de chacun.

Les diverses méthodes du Qi Gong, plus de 1000, ont pour base commune des exercices inspirés de la médecine chinoise, agissant sur l'énergie vitale et régularisant l'ensemble des fonctions corporelles et psychiques.

Nous ressentons tous les effets de l'énergie, le « Qi », bien qu'on ne puisse le voir ou le saisir. En abondance, l'énergie nous donne la vitalité et la santé, l'équilibre des émotions ainsi qu'une relation positive avec notre environnement.

Le monde d'aujourd'hui, complexe, où nous devons faire face à de multiples contraintes et difficultés professionnelles, familiales ou sociales, son rythme souvent excessif, mobilise une grande part de notre énergie disponible. Peu à peu notre vitalité s'affaiblit, avec des répercussions sur notre santé et notre psychisme.

Le Qi Gong agit directement sur l'énergie du corps. Les exercices renforcent le courant vital et le font circuler tout en le stimulant. Les effets immédiats procurent bien-être et vitalité. Une pratique régulière favorise l'équilibre de nos émotions, l'entretien de la santé et le développement de nos capacités, tant physiques que psychiques. Le Qi Gong permet ainsi de mieux se connaître, tant dans les correspondances de notre corps et ses émotions que dans les relations avec le monde qui nous entoure.

Pour entretenir la forme, la joie de vivre et ce sentiment de plénitude que nous connaissons dans la jeunesse, quand l'énergie est à son maximum, les exercices de Qi Gong – le « travail de l'énergie » sont un moyen simple pour renforcer notre énergie, mieux résister aux contraintes de la vie quotidienne, améliorer le fonctionnement des organes et nous aider à reconquérir une dynamique positive de la vie.

PRESENTATION DE LA FEDERATION

La Fédération des Enseignants de Qi Gong, Art Énergétique (FEQGAE) née en 1995, regroupe en France la grande majorité des professeurs de Qi Gong. Elle a un rôle de « pilote » pour le développement du Qi Gong en France.

La FEQGAE délivre depuis 1997 un diplôme d'enseignant, label de compétence et de formation des professeurs. Par ailleurs, tous les enseignants en adhérant à la Fédération, s'engagent sur une charte éthique garantissant les pratiquants de l'honnêteté et de l'intégrité du professeur.

Le Qi Gong n'étant ni un art martial, ni une discipline de compétition, la Fédération met en avant le respect des pratiques traditionnelles de Qi Gong pour l'entretien de la santé et l'épanouissement individuel. Elle se réfère au principe énergétique de la tradition chinoise, dont le travail essentiellement interne est dénué de tout caractère, martial ou compétitif.

En 2010, un tournant majeur est amorcé avec la signature d'une convention avec la Fédération Française EPMM-Sports pour Tous bénéficiant d'un agrément ministériel.

Désormais :

- **La FFEPMM** assure la gestion des associations de QI GONG (assurances, diplômes officiels).

Les enseignants de QI GONG peuvent donc bénéficier d'un cadre administratif légal reconnu par l'état en faisant adhérer leur association à la FFEPMM et en s'y inscrivant ainsi que leurs élèves.

- **La FEQGAE** gère tout ce qui est spécifique au QI GONG, la recherche, la formation et l'évaluation des compétences. Elle continue à être le garant de la qualité de l'enseignement du QI GONG dans le respect de sa pratique traditionnelle.

Les enseignants continuent à profiter d'un encadrement et d'un accompagnement de qualité de leur profession en adhérant également à la FEQGAE.

LES DEMONSTRATIONS

10h00 à 11h	Echauffement énergétique collectif avec WANG Yanli .
11h à 11h30	Qi Gong des 5 animaux par LIU Cui Fang : Cette méthode riche et complète renforce les tendons, les muscles et l'énergie vitale, harmonise les 5 organes et développe l'équilibre. 5 animaux du Wudang par LIU Cui Fang : Cette méthode associe le travail du Yangsheng Qi Gong aux arts martiaux internes.
11h30 à 12h	GAP : Le mouvement de base du Qi Gong EE TONG avec ses 7 techniques.
12h00 à 12h30	Julien ZEITOUN -Tai Ji Gong des Portes du Dragon Cette forme originaire des monts Hua Shan travaille sur l'ouverture des Bai Mai (Huits Curieux) et accroît l'accumulation du Qi Dans ces derniers. -Tai Ji du Serpent Wudang Cette forme que l'on attribue au légendaire moine Zhang Sanfeng est caractérisé par ses nombreux Fa Jin (expression énergétiques) qui lui donnent son aspect si martial. -Marches du Dragon de Feu de l'école Longmen Pai Issue de la tradition de l'école Longmen, ces marches font circuler le feu du Dragon dans le corps afin d'en nettoyer les tensions, les matités et les stagnations. -Tai Ji Style Chen de Chen Fake Il s'agit de la forme du maître Taoïste Hié Tsai Yang.
12h30 à 13h	Wudang Wu Zhang Qi Gong par Michèle LE BOURNOT - Brigitte WEGENER - Jimmy GREGEARD - Alain ENDRES - Manfred SCHLANGER : Il s'agit d'un travail corporel à partir de boules d'énergies conduites successivement devant chaque organe. Cette pratique agit de façon complète et profonde sur : la relation énergétique entre les organes, la souplesse de la colonne vertébrale, des articulations et des tendons, fortifie le Qi et régularise la circulation de l'énergie du corps <i>Qi Gong du tigre</i> : Le positionnement de la main en « patte du tigre », l'intention donnée aux différentes postures et leur maintien prolongé, ont pour effet de tonifier le Qi du corps et de « développer la force du tigre ». <i>Tai Yi Gong</i> : Ce Qi Gong a pour effet de nettoyer, purifier le corps et diffuser l'énergie dans la grande circulation. <i>You Shen Bagua Zhang</i> : Art chinois interne qui se caractérise par la propagation de façon fluide et continue de mouvements spiralés, reproduits à droite et à gauche autour d'un axe central.
13h À 13h30	PAUSE

<p>13h30 à 14h00</p>	<p>Yi Jin Jing par CAI Gao Chao : Méthode qui renforce le système tendino-musculaire tout en l'assouplissant. Les exercices font circuler l'énergie dans tout le corps et réalisent un entretien de la vitalité des tissus et de sa forme physique.</p> <p>Grande Danse Dawu par CAI Gao Chao : Méthode qui favorise la circulation de l'énergie par la danse, les mouvements sont plus expressifs et artistiques tout en respectant le travail du Qi Gong.</p>
<p>14h à 14h30</p>	<p>JIAN Liu Jun : La pratique de Maître JIAN insiste sur une harmonisation entre « le Ciel, la Terre et l'Homme ». Tous les mouvements correspondent au principe yin-yang du Dao, de manière à ce que l'énergie interne induise les mouvements externes dont le moteur énergétique est le Dantian, le Yi (l'esprit) entraîne l'énergie qui provoque les mouvements du corps, à ce moment tout bouge en entier, ainsi tout devient naturel et harmonieux. La démonstration de Maître JIAN nous explique le Dao par l'expression de son corps en mouvement.</p>
<p>14h30 à 15h</p>	<p>Wutao par Cécile BERCEGEAY, Delphine LHUILLIER et Marie DELANEAU: Le Wutao est né au cours de l'année 2000 du métissage des expériences de Pol Charoy et Imanou Risselard : arts martiaux chinois, yoga, danse, bio-énergies taoïste et occidentale...</p> <p>En chinois, Wutao s'écrit avec deux idéogrammes : Wu pour « danse » ou « éveil » et Tao qui évoque à la fois l'idée de cheminer (« Voie ») et le mouvement permanent de la vie dans l'alternance de deux forces complémentaires et interdépendantes : Yin-Yang. Wutao pourrait ainsi être traduit par « Danse du Tao » ou « Éveil de la vie ».</p> <p>La discipline vise à fluidifier la corporalité et à libérer le mouvement tout en respectant l'intégrité du pratiquant. C'est le principe d'écologie corporelle®.</p>
<p>15h à 16h</p>	<p>« Panorama d'arts énergétiques » par les professeurs des Temps du Corps avec KE Wen, LIU Cui Fang, CAI Gao Chao, Ingrid JAULIN Frédérique MALDIDIÉ, Patricia REPELLIN :</p> <p>A travers différentes méthodes, nous allons développer les différentes étapes du travail du Qi Gong :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le travail du corps : la souplesse, l'enracinement, la fluidité, l'axe vertical -le travail du souffle : comment diriger et faire circuler le Qi dans toutes les parties du corps ; comment utiliser la respiration ; comment renforcer l'énergie - le travail de la conscience et de l'intention, la relation avec soi et la nature
<p>16h à 16h30</p>	<p>Jean-Michel PRATESI : Yi Jin Jing transformation des muscles et des tendons, une forme traditionnelle originelle du temple Shaolin</p>
<p>16h30 à 17h00</p>	<p>Christophe CHARPIN : Le Tao du Dragon. De l'activation des courants profonds aux dégagements de la colonne vertébrale, le dragon, symbole de liberté se retrouve au cœur de la pratique ici déclinée en 4 parties : Daoyin des 8 dragons assis, assouplissement progressif de la colonne ; les 8 os du dragon, travail spécifique de libération de la colonne en 8 phases ; les 4 statiques de bases de la Porte du Dragon, accumulation et renforcement de l'énergie ; la forme de Taiji Gong de la Porte du Dragon, ancienne forme monastique, présentée sous sa forme liée.</p>
<p>17h A 18h</p>	<p>KE Wen et LIU Cui Fang : pratique collective</p>

LES ATELIERS

ATELIER 1

11h- 12h	<p>Wudang Qi Gong par Jimmy GREGEARD CAI QI « cueillir l'énergie » : réveiller et renforcer l'énergie du corps, la mettre en circulation, YUN QIU « jouer avec la boule d'énergie » : Qi Gong basé sur le déplacement d'une boule d'énergie, en association avec une marche. Les effets de ce Qi Gong sont : le relâchement et souplesse des hanches et des genoux, la mobilisation du bassin, et grâce au « jeu » du déplacement de la boule, fluidité du geste et harmonisation de l'énergie du corps.</p>
12h-13h	<p>Nei Yang Gong et Qi Gong pour les cervicales par WANG Yanli Le Nei Yang Gong ou « Qi Gong pour nourrir l'intérieur » est une des méthodes les plus importantes du Qi Gong médicale, elle est une des méthodes principales utilisée au Centre national de recherche du Qi Gong thérapeutique à Beidaihe en Chine. Le Qi Gong pour les cervicales est un des thèmes issu du Nei Yang Gong. Il propose une série de mouvements d'étirement, d'ouverture, de rotation, associés à la conscience et au souffle. Il permet de retrouver l'espace et la souplesse interne des cervicales.</p>
13h-14h	<p>Patricia REPELLIN : Plein et vide des racines, statique et dynamique avec marches. En observant à chaque instant les infimes transformations de notre paysage interne, développer la curiosité du cheminement des fluides d'une jambe à l'autre pour réveiller ce dynamisme naturel de propulsion énergétique : incroyable élan de vitalité des racines.</p>
14h-15h	<p>Hui Chun Gong par Frédérique MALDIDIÉ. Les mouvements sont très doux, fins et subtils. Ils éveillent l'énergie profonde du bassin (Dan Tien) et la font circuler dans tout le corps par des mouvements en spirale et arrondis. C'est un travail profond, nourrissant, dirigé vers l'intérieur. Les cours sont accessibles à tous, aux débutants comme à ceux qui désirent entretenir leur santé et nourrir leur énergie profonde.</p>
15h-16h	<p>Qi Gong de la femme par Chrystel HERBEAUX DEL PINO : une série de mouvement doux et d'auto-massage qui invite la pratiquante à prendre soin de sa santé et de son bien-être, en pleine conscience et pour son plus grand plaisir. C'est une excellente méthode de prévention pour éviter les problèmes gynécologique, régulariser le système hormonal, les cycles menstruels ou gérer sa ménopause</p>
16h-17h	<p>Yvonne STEIL : Qi Gong méditatif en mouvement. Echauffement relié à la saison avec quelques mouvements de QG général. Développer la perception fine et une conscience plus riche avec son corps. L'objectif est de se mettre en connexion avec notre espace intérieur par l'intermédiaire de la sensation et le ressenti tout en cherchant cette relation intime et profonde avec la terre.</p>
17h-18h	<p>Jean-Michel PRATESI : Découverte du souffle et du mouvement. De l'immunité aux poumons en passant par le diaphragme. Le Qi Gong mis au service du développement personnel.</p>

ATELIER 2

<p>11h à 12h</p>	<p>Mawangdui Qi Gong par Ingrid JAULIN : Méthode de Qi Gong général pour préserver la santé. Structurée en 12 mouvements pour 12 méridiens, elle forme un ensemble harmonieux et équilibré favorisant une régulation globale de l'être.</p>
<p>12h à 13h</p>	<p>Walter PERETTI : Au travers de quelques exercices simples de Qi Gong nous verrons comment mettre le Qi en mouvement par le jeu combiné de la détente corporelle et de l'attention. Il s'agit surtout de réaliser que la tension juste entre le tonus corporel et l'attention psychique permet au Qi de circuler à plein régime. Au delà de la pratique du Qi Gong, ce principe s'applique à chaque geste et permet à notre vitalité d'être optimale au quotidien.</p>
<p>13h A 14h</p>	<p>LIAO Yi Lin : Mouvements très complets des 12 méridiens pour aider à soigner les divers problèmes oculaires selon une synthèse de recherches personnelles de Liao Yi LIN sur ce sujet.</p>
<p>14h à 15h</p>	<p>Yves REQUENA : La marche rapide de Qi Gong pour stimuler l'immunité et favoriser la récupération dans les pathologies neurologiques, cardio-vasculaires et le cancer.</p>
<p>15h à 16h</p>	<p>WUTAO par Jean-Eric POIRIER QUINOT: Le Wutao est né au cours de l'année 2000 du métissage des expériences de Pol Charoy et Imanou Risselard : arts martiaux chinois, yoga, danse, bio-énergies taoïste et occidentale... En chinois, Wutao s'écrit avec deux idéogrammes : Wu pour « danse » ou « éveil » et Tao qui évoque à la fois l'idée de cheminer (« Voie ») et le mouvement permanent de la vie dans l'alternance de deux forces complémentaires et interdépendantes : Yin-Yang. Wutao pourrait ainsi être traduit par « Danse du Tao » ou « Eveil de la vie ». La discipline vise à fluidifier la corporalité et à libérer le mouvement tout en respectant l'intégrité du pratiquant. C'est le principe d'écologie corporelle®.</p>
<p>16h à 17h</p>	<p>Qi Dance par KE Wen : Le Qi Dance est une forme de Qi Gong ouverte à l'expression émotionnelle et esthétique, dans une visée artistique : c'est une voie de la danse contemporaine centrée sur la présence intérieure, en résonance énergétique avec son environnement et les autres, à l'instant présent. La rencontre de deux cultures du mouvements corporel – sagesse asiatique et arts occidentaux - fonde l'originalité de cette pratique philosophique et sensorielle basée sur une compréhension interculturelle de l'unité corps-esprit.</p>

LES CONFERENCES

Réunissant experts et public, elles permettront d'enrichir la connaissance du Qi Gong, et de découvrir les aspects théoriques des techniques montrées, tout en offrant à chacun la possibilité de s'exprimer par des Questions-Réponses sur les thèmes choisis.

11h30 à 12h15 : « *L'art de méditer en mouvement - Liao Ch'An Qi Gong* » **par LIAO Yi LIN**
A l'occasion de la sortie du livre « l'Art de Méditer – Méditation en Mouvement » ed. Trédaniel

12h15 à 13h : « *Comment capter l'Energie entre ciel et terre par une pratique quotidienne dans nos jardins parisiens* » **par GAP**

13h30 à 14h15 : « *La perception par le Qi et l'usage des sens dans le Zhuang Zi : pour une réflexion sur la pratique* » **par Walter PERETTI**

14h15 à 15h : « *La voix du calme, éveillez vous à la sagesse chinoise* » **par KE Wen**

La méditation est un état de raffinement du Shen (la pleine conscience) dans lequel l'infini des mouvements subtils commence. C'est bien dans cet état qu'on trouve le ressourcement anti-stress, le bien-être et l'épanouissement de l'être. Nous savons tous que la philosophie, la culture et la médecine du Qi nous faire comprendre l'unité du corps-esprit, l'unité de l'homme et du ciel.

L'état méditatif est un aboutissement naturel du travail profond du Qi Gong, autrement dit, c'est un travail raffiné de régularisation de Shen.

15h00 à 15h45 : « *Qi Gong et Jeunesse: une voie d'accomplissement, de réalisation* » **par Christophe CHARPIN**

Dans une société où tout s'accélère, les repères en viennent à se fragiliser. Face aux bouleversements intérieurs ou crises des différents âges de la vie, en quoi le Qi Gong peut-il se substituer à des rituels de passage disparus?

A la fois structurante et initiatrice au développement de la sensibilité intérieure, la pratique du Qi Gong vise le retour sur soi. Sous un angle technique et pratique nous en présenterons les bienfaits.

15h45 à 16h30 : « *L'élan créatif du couple* » **par Martine DEPONDT GADET**

Le Qi Gong est une aide précieuse pour mieux se connaître dans son ressenti, sa conscience du corps, de ses réactions émotionnelles et de l'ouverture à l'être.

Il permet de se connecter à son élan créatif de vie, de mouvement, d'alchimie pour évoluer en fonction de son âge, du printemps à l'automne de sa vie.

En prenant conscience de notre polarité Yin, Yang, sommes nous plus méditatifs (Yin), ou dans le faire (Yang) ?

Le Qi Gong va nous aider à nous situer au sein de notre couple dans le respect, l'espace, la bienveillance envers notre compagnon.

16h30 à 17h15 « *Renforcer et laisser s'épanouir son énergie féminine* » **par Chrystel**

HERBEAUX DEL PINO

Le Qi Gong est précieux pour la femme car sa pratique peut l'aider, tout au long de sa vie à traverser les différents états qu'elle rencontrera : Arrivée et régularité des cycles menstruels, fertilité, grossesse, accouchement, vitalité, émotivité, ménopause. Sa pratique nous donne la beauté, la santé, l'équilibre intérieur et surtout nous rends autonome face à notre bien-être, responsable de nous-même, pour que s'élèvent nos forces créatives.

Conférence suivie d'une pratique.

LES STANDS D'ANIMATION

Stand accueil-information : vous y trouverez toutes les informations concernant le déroulement de la journée.

Stand des associations et de la fédération : Si vous souhaitez des renseignements sur le Qi Gong et la fédération, sur les écoles de formation. Si vous cherchez un cours dans votre région ou un stage...

Stand librairie : Vous pourrez y trouver toute la bibliographie sur le Qi Gong, la culture et la médecine traditionnelle chinoise.

Stand restauration et bar équitable : produits issus du commerce équitable et de l'agriculture biologique. Bien-être et saveurs.

Stand du Comité Régional Ile de France et Départemental Paris de la fédération FFEPMM-Sports pour Tous -partenaire de FEQGAE:- Renseignements sur les activités de Sports pour Tous et les formations de la FFEPMM-Sports pour Tous.

LES INTERVENANTS

Dominique CASAYS : Kinésithérapeute, spécialiste en massage chinois, président de la FEQGAE et du centre de culture chinoise les Temps du Corps.

CAI Gao Chao : enseignant aux Temps du Corps, spécialiste du Tai Ji Quan style Yang, ancien acrobate de l'Opéra de Pékin, il enseigne aussi l'épée, le bâton et l'éventail du Tai Ji.

Christophe CHARPIN : est enseignant en Qi Gong et arts énergétiques. Il est diplômé de la FEQGAE. Thérapeute psycho-corporel en psychologie biodynamique, il est également praticien en shiatsu et accompagnement shiatsu maternité.

Martine DEPONDT GADET : est médecin acupuncteur, spécialiste en médecine traditionnelle chinoise et Qi Gong, formée à la PNL, à l'hypnose et à l'EFT. Elle enseigne à Paris et s'intéresse plus particulièrement au Qi Gong de la femme au cours d'ateliers qui regroupent femmes enceintes, convalescentes...

GAP : peintre graveur, elle fonde en 2007 l'association QI GONG EE TONG France et en devient présidente, l'association est affiliée à la Fédération Française EPMM Sports pour Tous et à l'OMS 16. GAP est diplômée FEQGAE et Coach Ee Thong Qi Gong Malaysian Association. Depuis 1999, à l'étranger et en France, GAP pratique et transmet le Qi Gong Ee Tong de maître Ren Quan De, elle pratique également le yoga intégral et a pratiqué l'Aikido. Elle est membre du Comité Régional Ile de France et Départemental Paris FFEPMM Sports pour Tous.

Génération TAO : l'équipe des enseignants Marie DELANEAU, Delphine LHUILLIER, Cécile BERCEGEAY et Jean-Eric POIRIER sont enseignants de Wutao, formés par Pol CHAROY et Imanou RISSELARD, les fondateurs du Wutao. Ils donnent des cours à Paris, dans les Yvelines et des stages partout en France.

Jimmy GREGEARD: enseigne à l'Institut Lu Dong Ming, diplômé de la FEQGAE, il est membre du jury des examens de la FEQGAE.

Chrystel HERBEAUX DEL PINO : formée à l'école des Temps du Corps, diplômée de la FEQGAE en 2006, elle enseigne depuis sur Paris et continue sa route et ses recherches de pratiquante. Elle enseigne et pratique également le Mulan Quan (Art Martial dansé), nombreux prix obtenus dans cette discipline lors de compétition en Chine.

Ingrid JAULIN : diplômée de la FEQGAE, professeur de Qi Gong aux Temps du Corps parallèlement à son parcours artistique depuis 20 ans dans le théâtre (D.E.).

JIAN Liu Jun : Ancien chef de clinique et professeur à l'Université de Médecine Traditionnelle Chinoise de Guangzhou, spécialisé en cardiologie, 7^{ème} dan en art martiaux chinois, il est le fondateur du Quimétao à Paris.

KE Wen : fondatrice et responsable de l'enseignement du Qi Gong à l'association les Temps du Corps, membre du Comité Technique de la FEQGAE, vice Présidente de la fédération internationale de Qi Gong de santé.

LIAO Yi Lin : Fondatrice de Liao Ch'an Qi Gong, centre de formation de Qi Gong, médecine traditionnelle chinoise et méditation orientale. Auteure de plusieurs livres : "Trésor de Qi Gong", "Parfum de Sagesse Ch'an", "L'Art de Voir- Qi Gong pour les Yeux et "L'Art de méditer en mouvement" (Editeur Guy Trédaniel)

LIU Cui Fang : formée depuis 15 ans et enseignante dans le Qi Gong Santé, le Tai Ji Quan et les arts martiaux à l'hôpital de la Croix Rouge de Pékin, elle est également spécialiste en massage chinois.

Frédérique MALDIDIÉ : enseignante de Qi Gong, elle s'est formée et diplômée à l'école des Temps du Corps. Elle enseigne également au sein de l'association Nitchitai et en comités d'entreprises. Elle est diplômée de la FEQGAE dont elle est membre du Comité technique et du jury fédéral.

Walter PERETTI : ingénieur de formation, formé aux Arts Martiaux et au Qi Gong auprès de plusieurs maîtres chinois et japonais depuis l'âge de 16 ans. Il se consacre à l'enseignement du Qi Gong et des Arts Martiaux Chinois depuis 1990. En 2004, il fonde l'École BAIYUAN pour transmettre la synthèse de ses travaux sur les relations entre la pratique des Arts Internes Chinois, le développement de la coordination motrice et la perception vécue du temps et de l'espace.

Il participe au développement du Qi Gong en France au sein de la Fédération des Enseignants de Qi Gong, Art Energétique (FEQGAE) dont il est membre du Conseil d'administration et Coordinateur du Comité Technique. Il est également Référent Régional Paris-Ile de France en Qi Gong auprès de la Fédération Sports pour Tous et membre du jury fédéral.

Jean-Michel PRATESI : diplômé de la FEQGAE, enseignant en Qi Gong et de Wuo Tai, il anime des stages de développement personnel et forme aux massages afin de transmettre l'Art du lacher-prise et du mieux-être, au sein de l'association "L'Atelier de Soi ".

Patricia REPELLIN : professeur de Qi Gong, diplômée de la FEQGAE, elle anime depuis de nombreuses années des séances de « bien-être » : optimisation du potentiel de vitalité avec comme moyen le yoga, la relaxation, le Tai Ji, la méditation et divers éléments créatifs.

Yves REQUENA : médecin acupuncteur et auteur de 25 ouvrages sur la médecine chinoise, Yves Réquena est reconnu comme un des pionniers dans la discipline du Qi Gong. Il publie livres et vidéos, et ouvre des écoles (IEQG) pour former des experts en France, Espagne, Suisse, Portugal, Argentine, Mexique, Venezuela, Québec...
Il est membre Comité Technique et du jury des examens de la FEQGAE ainsi que médecin national en charge de la commission médicale sur le Qi Gong.

Yvonne STEIL : photojournaliste à Berlin, comédienne, danse-thérapeute puis enseignante de Qi Gong.

Pratiquant le Qi Gong depuis 20 ans et diplômée de la FEQGAE et de la fédération Sports pour Tous, elle enseigne le Qi Gong dans le Sud Seine et Marne, nourrie par ses connaissances thérapeutiques de l'être et du corps.

Son association "Le Chant du Corps" propose des cours, ateliers, stages résidentiels et des voyages à thème.

WANG Yan Li : enseignante de Qi Gong et de Tai Ji aux Temps du Corps, elle a passé de nombreuses années à Beidaihe auprès de Madame Liu Ya Fei.

Julien ZEITOUN : diplômé de la FEQGAE, professeur de Qi Gong et d'arts martiaux internes depuis 2008, instructeur de l'institut Dragon Céleste dirigé par Gérard Edde, intervenant permanent en entreprise, Taothérapie.

TOUS LES HORAIRES

Horaires	Démonstrations Podium
10h00 à 11h00	Echauffement énergétique Wang Yanli
11h00 à 11h30	Qi Gong des 5 animaux/5 animaux du Wudang Liu Cui Fang
11h30 à 12h00	Qi Gong EE TONG GAP
12h00 à 12h30	Tai Ji Gong des portes du Dragon / Tai Ji du serpent Wudang Marche du Dragon de Feu / Tai Ji style Chen Julien Zeitoun
12h30 à 13h00	Wudang Wu Zhang Qi Gong Jimmy Gregeard, Michèle Le Bournot, Brigitte Wegener, Alain Endres, Manfred Schlanger
13H00 à 13h30	PAUSE
13h30 à 14h00	Yi Jin Jing / Grande danse Dawu Cai Gao Chao
14h00 à 14h30	Le Dao par l'expression du corps en mouvement Jian Liu Jun
14h30 à 15h00	Wutao Enseignants de G TAO
15h00 à 16h00	Panorama d'arts énergétiques Enseignants des Temps du Corps
16h00 à 16h30	Yi Jin Jing Jean Michel Pratesi
16h30 à 17h00	Préparation, renforcement et mise en forme de l'énergie Christophe Charpin
17h00 à 18h00	Pratique collective Ke Wen et Liu Cui Fang

Horaires	Atelier 1	Atelier 2	Horaires	Conférences
11h00 à 12h00	Wudang Qi Gong Jimmy Gregeard	Mawangdui Qi Gong Ingrid Jaulin	11h30 à 12h15	Liao Yi LIN
12h00 à 13h00	Nei Yang Gong Wang Yanli	Mouvement du Qi Walter Peretti	12h15 à 13h	GAP
13H00 à 14h00	Plein et vide des racines Patricia Repellin	Mouvements pour les problèmes oculaires Liao Yi Lin	13h30 à 14h15	Walter Peretti
14h00 à 15h00	Hui Chun Gong Frédérique Maldidier	Marche rapide de Qi Gong Yves Réquéna	14h15 à 15h	Ke Wen
15h00 à 16h00	Qi Gong de la femme Chrystel Herbeaux Del Pino	Wutao Cécile Bercegeay	15h à 15h45	Julien Zeitoun
16h00 à 17h00	Qi Gong méditatif en mouvement lié aux saisons Yvonne Steil	Qi Dance Ke Wen	15h45 à 16h30	Martine Depondt Gadet
17h00 à 18h00	Découverte du souffle et du mouvement Jean-Michel Pratesi	///	16h30 à 17h15	Chrystel Herbeaux Del Pino

