

法國萬籟聲協會

Sous l'égide de Maître LIANG Chao Qun

Formation Kuai Tai Ji

(1 an à Paris : saison 2018 – 2019)



Formation traditionnelle en Kung-Fu

(1 an à Paris : saison 2018 – 2019)



« Association Wan Laisheng France »
29, avenue Corentin Cariou 75019 Paris tel :
09 54 34 11 18

E-mail: association@wanlaisheng.com

<http://www.wanlaisheng.com>

Formation Kuai Tai Ji

Cette formation permet de transmettre l'enseignement des formes du Kuai Tai Ji et du Bâton insouciant créées par Maître LIANG Chao Qun.

Ces formes de Tai Ji, à mains nues ou en arme, ont été imaginées puis harmonieusement combinés par Maître LIANG Chao Qun lui-même, dans un souci de synthèse spécifique à l'École Naturelle en réunissant l'essentiel des techniques propres aux quatre principaux styles d'arts martiaux chinois, internes et externes confondus : Shaolin, Xing Yi, Bagua, Taiji et Ziranmen, tout en conservant une certaine légèreté propre à la philosophie taoïste.

Par conséquent, la pratique de ces formes peut s'effectuer aussi bien à la manière d'un style proprement interne, donc lentement et tout en souplesse, que dans la dynamique d'un style externe, alliant vitesse et explosivité.

« Kuai Tai Ji »

La forme du « Kuai Tai Ji » (Tai Ji rapide) se démarque des formes traditionnelles habituelles, puisque sa spécificité est d'être réalisée à un rythme plus rapide. Cette forme contient des passages plus lents, d'autres plus rapides ainsi que des sorties de force explosives.

La forme du « bâton court insouciant »,

Cette forme comporte près de 35 mouvements imaginés puis harmonieusement combinés par Maître LIANG Chao Qun.

Pour la plupart des mouvements, la force vient principalement du poignet, c'est ce que les chinois nomment « ying jing » : plus l'attaque est courte, plus elle est efficace.

À l'image de l'arme en apparence classique dont elle s'est inspirée, cette forme permet un travail conciliant à la fois technicité et esthétisme, mais vise avant tout l'efficacité martiale dans un souci d'adaptation. En effet, le bâton court, dont la taille n'excède pas le mètre, peut très bien se remplacer par un parapluie, une simple canne, ou autres objets aux dimensions similaires. Naturellement cet enseignement, dont l'esprit privilégie une certaine légèreté propre à la philosophie taoïste, demeure accessible à tous.

Formation traditionnelle de Kung Fu

Une des questions principales que se pose tout pratiquant d'arts martiaux traditionnels est : „Comment acquérir un excellent niveau, et quelle doit être l'évolution de la pratique ?“. Progresser devient, en effet, la motivation principale de tout débutant.

Or il en va des arts martiaux traditionnels comme du reste, et il convient d'apprendre à marcher avant de vouloir courir ! A ce titre, Maître WAN LAISHENG, et à sa suite Maître LIANG CHAO QUN préconisent la pratique de Kung-fu dans un premier temps, ou d'un „Waijia“, ou art martial externe à proprement parler.

L'élève doit, en effet, consacrer sa pratique à un et un seul style, pour une période allant de 3 à 10 ans. L'apprentissage d'un style complet est la condition sine qua none à l'obtention d'un excellent niveau, et il devient dès lors possible, et même facile pour l'élève, de se diriger vers d'autres styles ou pratiques, fort de ses connaissances et de ses bases solides fondées sur une école. Telle est la progression dans les arts martiaux traditionnels chinois, et ne consiste pas à butiner ici ou là en multipliant la pratique sommaire d'écoles et de styles différents sans jamais en retirer un quelconque bénéfice concret.

Après une pratique intensive du kung-fu durant plusieurs années, l'élève peut alors prétendre aborder un style interne avec tous les atouts de son côté. Neuf grands maîtres sur dix ont ainsi débuté par la pratique de l'externe.

C'est la raison pour laquelle, maître LIANG CHAO QUN invite tous ses élèves désireux de pousser davantage l'étude et la pratique des arts martiaux traditionnels chinois à participer à cette formation.

La formation se déroule sur 1 an au rythme de six stages (week-ends), et aborde les Taolu à mains nues, avec armes courtes, armes longues, armes doubles et enfin à deux avec partenaire. L'évolution se fait ainsi progressivement comme il se doit, et l'élève peut prétendre à récolter les fruits de son travail que nous voulons assidu.

INTRODUCTION

D'après maître Wan Laisheng dans son ouvrage Wushu Huizhong, la boxe Shaolin se divise en trois familles : la famille Hong, fondée sur la force, l'école Kong, fondée sur la souplesse, et la famille Yu qui combine force et souplesse. Cette dernière se subdivise en quatre écoles majeures, qui sont : Da Sheng (Le Grand Sage), Luo Han (Arhat, terme désignant les saints bouddhiques), Er Lang (le « deuxième gentilhomme ») et enfin Wei Tuo (un génie protecteur du bouddhisme) à laquelle se rattache l'école des six coordinations Liu He Men .

Un des premiers maîtres connus du Shaolin Liu He Men fut Liu Shijun, un instructeur militaire à la cour impériale des Qing . Il transmet son art à Liu Dekuan (?-1911) surnommé « Liu à la longue lance » qui l'enseigna ensuite à Zhao Xinzhou, le maître de Wan Laisheng.

Wan Laisheng reçu ensuite le précieux enseignement du grand maître ermite Du Xinwu . Il fut son unique disciple pendant sept ans . Auprès de lui, il fut initié aux techniques de Ziran Men, ou école naturelle. En 1928, il participe au premier tournoi national d'arts martiaux organisé à Nanjing qu'il remporte face à son principal adversaire Gu Ruzhang surnommé « Le Tigre Noir » ou encore « La Paume de Fer ».

Désormais célèbre, il se consacre à l'enseignement, et à la rédaction d'ouvrages sur le Wushu . De 1981 à 1987, Il transmet son savoir à Liang Chao Qun, en qui il reconnaît son meilleur élève.

Me Liang Chao Qun est arrivé en France en 1996 pour y présenter son style en quelques stages et y réside depuis. Avec le concours de ses élèves, Me Liang a pu créer en 1997 son association, qu'il baptisa du nom de son regretté maître : l'association Wan Laisheng. Me Liang fut l'objet de nombreux articles de presse depuis son arrivée et est reconnu tant en France qu'en Chine comme l'un des meilleurs experts de sa génération.

Le Liu He Men compte vingt-quatre enchaînements codifiés s'exécutant à mains nues, aux armes ou en duo. Parmi les formes de boxe, il faut citer le poing du Dragon vert, le poing du Tigre noir et pour terminer l'enchaînement de coups de poings rapides.

Programme d'enseignement

Année 2018 / 2019
Maître Liang Chao Qun

Programme de la formation Kuai Tai Ji :

1. Kuai Tai Ji 1ère partie
2. Kuai Tai Ji 2ème partie
3. Kuai Tai Ji 3ème partie
4. Bâton court insouciant
5. Techniques de combat de Tai Ji
6. Examen

Programme de la formation Kung-Fu :

1. La forme à mains nues « Liu he quan »
2. La forme du sabre « Lui he Dao »
3. Le forme du bâton « liu he Gun »
4. La 1ère forme de l'épée « Liu He Jian »
5. La 1ère forme de la lance
6. Examen

Tarification : L'ensemble de la formation qui se déroule sur une année, se règle par échelonnement mensuel de 100 euros par mois durant vingt mois (soit un montant total de 1000 euros).

De plus, en cas d'échec à l'examen, il est possible de le repasser lors d'un stage de rattrapage, qui n'est pas compris dans le prix de la formation.

La formation sur 1 an est sanctionnée par un examen qui se tiendra à Paris et à l'issue duquel un diplôme de l'Association Wan Laisheng sera délivré en fonction des résultats de l'élève

Formations

Traditionnelles en KUNG-

FU et Kuai tai Ji

Date des stages année 2018 / 2019

1 ^{er} week-end	13-14 octobre 2018
2 ^{ème} week-end	03-04 novembre 2018
3 ^{ème} week-end	01-02 décembre 2018
4 ^{ème} week-end	13-14 avril 2019
5 ^{ème} week-end	11-12 mai 2019
6 ^{ème} week-end	08-09 juin 2019

LIEU DES STAGES A PARIS : L'adresse vous sera communiquée à la rentrée 2018

HORAIRE :

Samedi 14h30-17h30

Dimanche 9h30-12h30 et 14h30-17h

INFORMATIONS LOGISTIQUES & CANDIDATURE

Durée de la formation : 1 an à raison de 6 week-ends

Tarification : l'ensemble de la formation qui se déroule sur une année se règle par échelonnement mensuel de **100 €/mois** durant dix mois
+ **200 €** de frais d'inscription
Donnant un montant total de 1200€

Les chèques devront être donnés au début de la formation.

La formation sur 1 an est sanctionnée par un examen qui se tiendra à Paris et à l'issue duquel un diplôme de l'Association Wan Laisheng sera délivré en fonction des résultats de l'élève

Si vous désirez faire acte de candidature pour la prochaine session de formation (Octobre 2018), merci de nous faire parvenir les documents suivant **AVANT LE 31 Mai 2018** :

- Le coupon-réponse ci-après dûment rempli
- Une lettre de motivation expliquant vos objectifs de formation ainsi que votre expérience des Art Martiaux (styles pratiqués, durée, etc...).
- Deux photos d'identité
- Un certificat médical d'aptitude à la pratique des arts martiaux
- Un chèque (non remboursables) de 200€ à l'ordre de LIANG Chao Qun pour la fourniture de votre tenue de pratique et du matériel pédagogique.

Si votre candidature est retenue, nous vous tiendrons alors informé(e) par courrier ou par téléphone.

Pour tout renseignement et réservation : Alexandre THORLET
(0671778069 – alexthorlet@gmail.com)

COUPON – REPONSE

Nom : Prénom :

Adresse : Email :

Date de naissance : Taille :

Tel :

**Présente sa candidature à la formation traditionnelle de Kung-fu,
pour la session de septembre 2018**

Fait à :

le :

Signature :

A renvoyer à :

Association Wan Laisheng France
29 av Corentin Cariou, 75019 Paris
association@wanlaisheng.com Tel : 09 54 34 11 18
site internet : <http://fr.wanlaisheng.com>
Email : association@wanlaisheng.com