

22 et 23 Octobre 2016

Dol-de-Bretagne (35) FRANCE

Sous la direction de **MAÎTRE YOU LI FA**

Seul disciple français du **GRAND MAÎTRE YOU XUAN DE**

STAGE INTERNATIONAL DE WUDANG TAI CHI CHUAN

武当太极拳十八式
Wudang taiji quan shiba shi



WWW.WUDANG.FR / 06 71 83 12 15



2^{ème} STAGE INTERNATIONAL

WUDANG XUAN WU PAI ©

22-23 Octobre 2016

Stage animé par **YOU LI FA** (*François HAINRY*)
15^{ème} génération du WUDANG XUAN WU PAI ©

Salle de sport des Vergers 3512000 Dol-de-Bretagne

Enchaînement taoïste des monts Wudang "**Wudang Taiji quan Shiba shi**" (18 séquences). Cet enchaînement ouvre la pratique pour dynamiser les "**Trois Trésors**".

Cet enchaînement est enseigné dans sa dimension traditionnelle de façon confidentielle à certains disciples choisis dans l'école du WUDANG XUAN WU PAI en Chine.

La forme peut se pratiquer dans la continuité ou séparément sous forme statique ou dynamique.

L'approche traditionnelle permet d'ouvrir la circulation de l'énergie dans le corps, de stimuler les différents **Dantian**. L'enchaînement au delà de l'activation de la "**petite circulation énergétique**" (*xiao zhou tian*) amène à l'activation dans le corps de la "**grande circulation**" (*da zhou tian*) ou "**Circulation Céleste Majeur**".

Le séminaire est ouvert à tous les pratiquants quelque soit leur âge et leur condition physique. (Le "**Wudang Taiji quan Shiba shi**" ne peut être qu'un mieux pour la santé).

YOU LI FA (*François HAINRY*) est psychologue clinicien formé à l'acupuncture, et a créé une des premières écoles de formation d'enseignants du Qigong et Tai Chi Chuan en Europe en 1979.

Actuellement son école se situe sur plusieurs villes : Dol-de-Bretagne - Mont-Dol - Rennes - Saint-Malo.

YOU LI FA (*François HAINRY*) représente la **15^{ème} génération du WUDANG XUAN WU PAI ©** pour la France, et il est l'un des rares disciples du **Grand Maître YOU Xuande** à transmettre ce savoir sous sa forme authentique.