

École Phénix & Dragon - Formations Matteo PEPE-ESPERT 2018 / 2019

matteo.pepe@gmail.com - 06 07 04 62 80

Le programme « Formation Tao et Santé pour aller plus loin dans la pratique ».

Un cycle de stages sur plusieurs années. Le programme Tao et Santé est organisé autour de séminaires inédits conciliant les apports de la médecine traditionnelle chinoise avec la pratique des arts martiaux chinois. Matteo Pepe, directeur pédagogique, fort de son expérience de plus de 25 ans en médecine chinoise et 40 ans en arts martiaux, vous propose une approche unique pour approfondir votre pratique des arts martiaux chinois et du Qi Gong.

Le programme en 2018 – 2019 est constitué de 4 ou 5 séminaires annuels, en week-end, et d'une semaine en été. Lors des stages vous travaillez toujours en équipe par trinômes. A l'issue de la fin du cycle des stages, un certificat vous sera remis.

Nous terminons l'année par une semaine de stage en juillet dans un lieu reposant, en pleine nature, où vous pourrez venir en famille et partager un beau moment de pratique, de détente et de fête.

Voici les thèmes principaux des séminaires pour l'année – ils pourront légèrement varier en fonction du groupe.

QI GONG : Formes de Daoyin Yang Sheng Gong et de Wudang – Épée, Éventail

TAIJI QUAN : Style Yang et Wudang – Épée.

KUNG FU : Tang Lang, Sanda, Bâton, Épée, Sabre, Nunchaku, Self Défense

Les samedis, les séminaires ont lieu de 14H à 19H

Qi Gong

| | | | |
|------|----------------------------|----------|----------------------|
| QG 1 | Dimanche 16 Septembre 2018 | 9H -12H | |
| QG 2 | Samedi 12 Janvier 2019 | 14H -19H | (peut-être Ming Yue) |
| QG 3 | Samedi 9 Mars 2019 | 14H -19H | |
| QG 4 | Samedi 13 Avril 2019 | 14H -19H | |
| QG 5 | Samedi 25 Mai 2019 | 14H -19H | |

Une semaine de stage en résidentiel du 7 au 12 Juillet 2019

Taiji Quan

| | | | |
|------|----------------------------|----------|----------------------|
| TJ 1 | Dimanche 16 Septembre 2018 | 14H -17H | |
| TJ 2 | Dimanche 13 Janvier 2019 | 9H -17H | (peut-être Ming Yue) |
| TJ 3 | Dimanche 14 Avril 2019 | 9H -17H | |
| TJ 4 | Dimanche 26 Mai 2019 | 9H -17H | |

Une semaine de stage en résidentiel du 7 au 12 Juillet 2019

Kung Fu

| | | | |
|------|---------------------------|----------|--|
| KF 1 | Samedi 15 Septembre 2018 | 14H -19H | |
| KF 2 | Samedi 15 Décembre 2018 | 14H -19H | |
| KF 3 | Dimanche 16 Décembre 2018 | 9H -17H | |
| KF 4 | Dimanche 10 Mars 2019 | 9H -17H | |
| KF 5 | Dimanche 16 Juin 2019 | 9H -17H | |

Une semaine de stage en résidentiel du 7 au 12 Juillet 2019

Prix : 850 euros pour 1 discipline.

150 euros pour une 2^e ou une 3^e discipline.

Nous sommes en train de discuter la venue du moine Taoïste Ming Yue.

Elle se déroulerait pendant le stage de janvier 2019. Peut-être même le we du 5 et 6 janvier également, pour un stage supplémentaire. Nous en saurons plus en septembre

Une semaine de stages du 7 au 12 Juillet 2019

Du 7 au 12 juillet 2019 une semaine de vacances et de pratique, dans un lieu en pleine nature et une ambiance festive. Venez en famille ou seul, et profitez du choix tous les jours de plusieurs cours de Kung Fu, Taiji Quan et Qi Gong.

Un grand choix au quotidien de cours des styles Externes : Sanda, Chang Quan, Danse du Lion, Tang Lang, Sabre, Épée, Nunchaku, Chaine

En parallèle un programme tous les jours de cours des styles Internes : Méditation, Taiji Wudang, Taiji 48, Taiji Qi Gong Hun Yuan Gong, Tonification générale, Éventail, Stretching

Vous aurez la possibilité de panacher interne-externe ou de vous reposer si vous êtes fatigués. Le 4^e jour sera une journée libre pour la détente ou faire les sorties proposées.

Le prix du stage : 150 € pour la semaine (participation à la location de salles).

L'hébergement sera réservé et réglé directement auprès de la structure d'accueil.

Évidemment vous pourrez venir avec vos enfants et vos conjoints sans devoir choisir entre pratique et famille.

Le prix pour la participation aux stages, sera de 360 € pour la semaine pour les personnes extérieures à la Formation.

Théorie et Pratique de l'acupuncture

Ateliers d'acupuncture pratique pour tous

Cette année aura lieu la 2eme session de nos ateliers d'acupuncture pratique pour tous. Les places sont priorisées pour les inscrits à la « [Formation Tao et Santé pour aller plus loin dans la pratique](#) ». La participation indépendamment de la Formation est possible, en fonction des places disponibles.

Module 1 : bases de l'acupuncture et de la moxibustion niveau 1

samedi 13 octobre 2018

samedi 16 février 2019

Module 2 : bases de l'acupuncture et de la moxibustion niveau 2

dimanche 14 octobre 2018

dimanche 17 février 2019

- ♦ **Le prix** - 90 € pour les 2 journées, pour les participants à la Formation de l'APAMC.
- 200 € pour les 2 journées, pour les extérieurs à la Formation.

Si vous souhaitez refaire un niveau auquel vous avez déjà participé:

- 50 € pour les 2 journées, pour les participants à la Formation de l'APAMC.
- 100 € pour les 2 journées, pour les extérieurs à la Formation.

Il est conseillé de refaire plusieurs fois chaque niveau afin d'intégrer la logique des méthodes qui bien qu'étant très simples, demandent un minimum d'expérience pour pouvoir être utilisées de manière efficace.

Inscriptions : École Phénix & Dragon 01 40 24 02 87
phenixetdragon@gmail.com / www.phenixetdragon.net
matteo.pepe@gmail.com / 06 07 04 62 80