



# Village d'été

## Arts martiaux chinois

Culture du corps, du souffle & des relations

### Domaine de Lembrun

Agen - Rives du Lot

#### Bourgmestres

Renping Su-Goarzin & Georges Favraud

#### Puits de savoirs

Emmanuel Agletiner, Didier Beddar, Éric Caulier,  
Juliette Vauchez, Jean-Jacques Sagot, et bien d'autres...



**17-23**

**juillet 2022**

**STAGE**

**interdisciplinaire**

Kungfu

Taijiquan

Qigong

Méditation

**Ouvert à tous**

Débutants & Avancés

Techniciens & Artistes

Pédagogues & Chercheurs

Adultes & Enfants

# Village d'été - Arts martiaux chinois



- Rigueur technique
- Étude du ressenti
- Échanges & Convivialité
- Mise en valeur des potentiels



Nous vous proposons une semaine de pratique, de réflexion et d'échange pour approfondir vos savoirs et vous enrichir de la diversité des arts chinois du corps. Rendez-vous dans le cadre apaisant et vivifiant du domaine de Lembrun !

Ce stage est le début d'un projet évolutif qui s'adresse à des pratiquants et des enseignants de multiples horizons et de tous niveaux, souhaitant s'inscrire dans une progression de fond et dans la durée.

Le projet de village d'été des arts martiaux chinois est né des parcours complémentaires de Renping Su-Goarzin et de Georges Favraud, qui se sont rencontrés par leurs travaux avec Catherine Despeux.

Renping a été formée au wushu par sa mère, puis à l'Université des sports de Pékin. Installée depuis 1995 à Brest, elle s'est aussi engagée depuis plus de 15 ans dans les pratiques internes du souffle et de la méditation.

Georges est docteur en anthropologie, spécialiste de la Chine. Il a longtemps séjourné et pratiqué dans des temples taoïstes, et développe ses enseignements pratiques et théoriques depuis 2015 à Toulouse.

C'est la richesse de cette convergence de deux trajectoires qui a donné envie à Renping et Georges d'organiser ce premier village d'été et de rassembler des spécialistes des arts chinois du corps aux qualités techniques et humaines incarnées.

## Les équipes pédagogiques partenaires



ECOLE WUSHU BREST  
孙维道学校

Centre d'arts martiaux chinois - Brest (29)



Formation & Recherche  
Toulouse (31)



CORPS & DAO  
Arts chinois du mouvement

Arts martiaux internes  
Toulouse (31)



大 意 拳 座

Taiji - La Grande Ourse  
Périgueux (24)



roliball

5 Animaux Roliball  
Toulouse (31)



Wing Chun traditionnel  
Montreuil (93)



FAN YAO

Wushu compétition  
Bordeaux (33)



Institut Madéo  
Pau (64)



Ecole de Taijiquan  
Mons (Belgique)



CKW - Dragon noir

CKW - Dragon noir  
Guyancourt (78)



QUAN XUE

Ecole de Yiquan  
Vincennes (94)



# Programme

## Au petit matin

7h00 – 8h00

- Méditation Yvan Vélard & Philippe Vélard
- Posture de l'arbre – *zhanzhuang* E. Agletiner
- Préparation physique et mentale Mathieu Vignau Loustau

## Parcours majeurs (avec groupes de niveau)

9h30 – 12h00

- 1 -

### Wushu sportif & traditionnel

**Styles :** Changquan, Nanquan, Baguazhang, Wingchun

**Équipe pédagogique :** D. Beddar, Benoît Denolle, R. Goarzin, Antoine Molard, J. Vauchez

- 2 -

### Arts martiaux internes

**Styles :** Taijiquan, Xingyiquan, Yiquan, Wuxingquan taoïste

**Équipe pédagogique :** E. Agletiner, É. Caulier, G. Favraud, Georgette Methens-Renard, J.-J. Sagot

- 3 -

### Daoyin-Qigong-MTC

**Styles :** Yijinjing, Baduanjin, Daoyin yangsheng shierfa, Massages *tuina*, Diététique chinoise

**Équipe pédagogique :** Su Renfeng, S. T.-Bagueard, Y. Vélard, M. Vignau

## Assemblées villageoises

15h00 - 16h15

Lundi Conférence  
Mardi Atelier  
Mercredi Conférence  
Jeudi Atelier  
Vendredi Atelier

**Pédagogie des arts martiaux chinois**  
**Un mouvement – Cinq variations de styles**  
**Culture martiale chinoise**  
**Mains du Wingchun (Shil Lim Tao)**  
**Lecture du mouvement – Structurer le corps**

Jean-Jacques Sagot  
Éric Caulier  
Georges Favraud  
Didier Beddar  
Renping Goarzin

## Approfondissements & Découvertes (avec groupes de niveau)

16h30 – 18h30

### Travail à deux. Entre coopération & confrontation

• Poussées des mains – *tuishou* (É. Caulier & Gautier Ravet)  
• Mains collantes - *qisao* (D. Beddar)

### Roliball

• *Jeu de raquette yin-yang*  
(Stéphane Trompé-Bagueard)

### Armes (interne/externe)

• Bâton – *gun* (G. Favraud & G. Ravet)  
• Épée & Sabre – *jian & dao* (B. Denolle)  
• Éventail – *shan* (Su Renfeng)

### Ateliers d'encadrement personnalisé

• Approfondissements techniques  
• Préparation compétition, passage de grade...  
(Encadrement selon vos demandes)

### Imitations animales

• Mante religieuse (A. Molard & Frédéric Moisan)  
• Ours & Panthère (G. Favraud)

### Ateliers de perfectionnement pédagogique

• Lecture et correction du mouvement  
• Didactique, pédagogie active, gestion de groupe...  
(À préciser selon vos demandes)

### Kungfu Enfants & Ados (7-14 ans)

9h30 – 12h00 & 15h00 – 18h30

- jibengong, changquan, zuiquan (R. Quéré & A. Molard)
- Éducatifs du *taijiquan* et jeux d'opposition (J.-J. Sagot)
- Jeux collectifs et de ballon (Hervé Goarzin)
- Calligraphie (Li Jing)

### Ateliers du midi ou du soir

- Cérémonie du thé (E. Agletiner)
- Massage (M. Vignau)
- Pratique en musique (Frédéric Bargeon-Briet)
- Qigong de la voix (Viviane Marc)
- Groupes de réflexion thématiques
- Méditation & sommeil (P. Vélard)

### Réjouissances de clôture

vendredi 22 juillet

16h30 – 18h30 Évaluations formatives, préparation créative (seul ou en groupe) ou temps libre  
19h00 – ... Dîner et soirée festive : démonstrations conviviales & concert.  
Les évaluations formatives et les créations ouvriront aux lauréats de nouvelles perspectives pour le village d'été 2023.

Vos retours sur la fiche pédagogique nous aideront à faire connaissance et à améliorer le programme !

# Fiche pédagogique 2022



Prénom : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_

Lors de cette semaine de village d'été, plusieurs activités se tiendront en parallèle. Pour faire connaissance et nous aider à améliorer et préciser le programme, nous vous invitons à remplir cette fiche pédagogique. N'hésitez pas à préciser vos désirs (souligner un mot clé, ajouter quelques idées...) !

## Quel(s) style(s) principaux pratiquez-vous ? Dans quelle école ? A quel niveau d'implication ?

---

---

---

---

## Dans quel parcours majeur vous inscrivez-vous ? Un seul choix, préciser éventuellement les styles en quelques mots

- 1 - Wushu moderne & traditionnel  \_\_\_\_\_
- 2 - Art martiaux internes  \_\_\_\_\_
- 3 - Daoyin-Qigong-MTC  \_\_\_\_\_

## Quel(s) domaines techniques souhaitez-vous approfondir ou découvrir ?

Les indiquer par ordre de préférence de 1 à 3, et indiquer éventuellement des précisions.

- Coopération & confrontation (*tuishou, qisao*)  \_\_\_\_\_
- Armes (interne & externe)  \_\_\_\_\_
- Formes animales (interne & externe)  \_\_\_\_\_
- Roliball (jeu de raquette yin-yang)  \_\_\_\_\_
- Encadrement personnalisé (préciser)  \_\_\_\_\_
- Perfectionnement pédagogique  \_\_\_\_\_
- Style rare ou autre (lequel ?)...  \_\_\_\_\_

## Dans quel(s) axe(s) d'interdisciplinarité ou de transformation vous situez-vous ?

Les indiquer par ordre de préférence de 1 à 3 et éventuellement préciser (ou proposer un axe) en quelques mots.

- De l'externe à l'interne  \_\_\_\_\_
- De la force interne à l'art du combat  \_\_\_\_\_
- Du martial au thérapeutique  \_\_\_\_\_
- De l'individuel au relationnel  \_\_\_\_\_
- Des mains nues aux armes  \_\_\_\_\_
- De la biomécanique aux formes animales  \_\_\_\_\_
- De la perception à l'action  \_\_\_\_\_

**Souhaitez-vous participer à des groupes de réflexion** sur un thème précis ? Wushu-Santé-Bien-être  Culture martiale (bâton, formes animales...)  Histoire des AMC  Le *taijiquan*, patrimoine de l'Unesco  Sociologie des AMC en France  Suggestion : \_\_\_\_\_

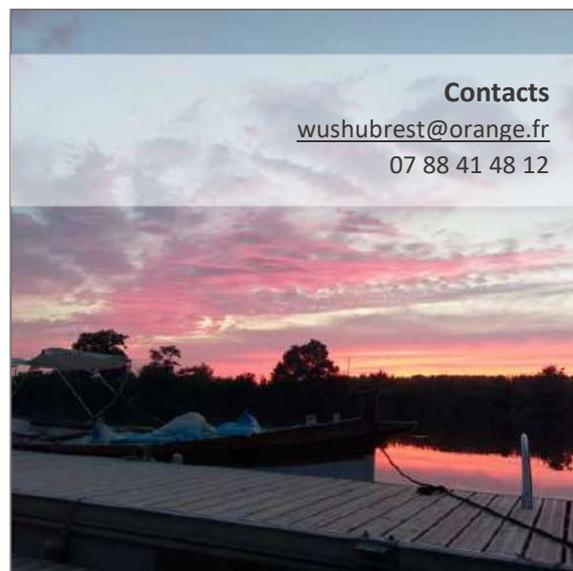
**Souhaitez-vous engager une démarche artistique ou créative ?** Pratique en musique live  *Qigong* de la voix  Calligraphie  Culture du thé  Suggestion : \_\_\_\_\_

Vos retours sur la fiche pédagogique nous aideront à faire connaissance et à améliorer le programme !

# Organiser son séjour

**Le domaine de Lembrun** est situé à 30 km au nord d'Agen, sur les rives du Lot (47110 Le temple sur Lot).

Il nous offre un **cadre serein et naturel propice à la pratique et à la convivialité** : hébergement et restauration, plusieurs salles et lieux extérieurs dédiés aux arts du corps et de l'esprit, deux piscines (dont une salée) et des sentiers de balades.



**Contacts**  
[wushubrest@orange.fr](mailto:wushubrest@orange.fr)  
07 88 41 48 12

## Seul, en famille, en groupe !

Vous êtes plusieurs **pratiquants d'une même association ou un groupe d'amis** (à partir de 4 personnes) : tarifs réduits et possibilités d'alterner pour les enseignements, l'hébergement et la restauration durant la semaine. Nous contacter.

**Familles, enfants & adolescents autonomes** : un groupe de 15 à 20 enfants et adolescents sera encadré les matinées (9h30 – 12h00) et après-midis (15h00 – 18h30), voir programme.

Des **co-voiturages** sont possibles pour se rendre sur place depuis votre région ou de la gare d'Agen (30mn). Faites-nous vos propositions ou vos demandes par e-mail !

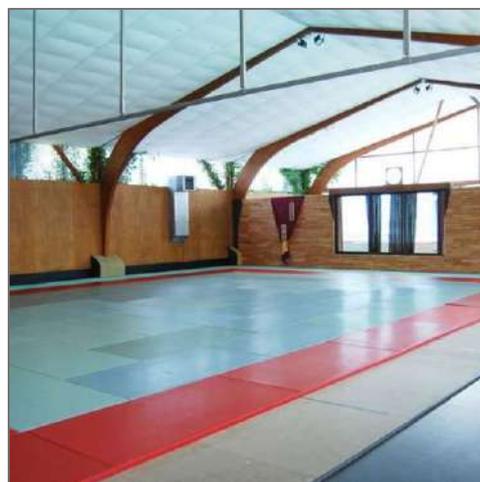
## Les enseignements – aspects pratiques

**Arrivée & inscriptions** : dimanche 17 juillet – 16h00 – 19h00 (dîner)

**Enseignements** : du lundi 18 matin au vendredi 22 juillet soir

**Matériel** : armes, coussin et plaid pour la méditation, anti-moustique, maillot de bain...

**Départ** : samedi 23 juillet (après le petit-déjeuner)



## Inscription - hébergement & restauration

Pour effectuer obligatoirement votre inscription pour l'hébergement et la restauration, **s'adresser directement au domaine** : [www.domaine-de-lembun.com](http://www.domaine-de-lembun.com). À titre indicatif (tarif semaine) :

- **Hébergement** : camping (72€ / pers.), chambres (360€ / 2 pers.), chalets (720€ / 4 pers.).
- **Restauration** (leur signaler repas végétariens ou carnés) : 110€ (5-11 ans), 160€ (12-14 ans), 220€ (adulte).

## Fiche d'inscription 2022

Nom : ..... Prénom : ..... Âge : .....

Adresse : ..... Ville : .....

Tél mobile : ...../...../...../...../..... E-mail : .....@.....

Association (nom, lieu) : .....

### En cas d'urgence prévenir

Nom : ..... Prénom : ..... Tél mobile : ...../...../...../...../.....

### Certifications & autorisations

Je dispose d'une licence (Fédération : ..... Numéro : .....) ou, à défaut, je certifie être médicalement apte à suivre le programme auquel je m'inscris et disposer d'une assurance en responsabilité civile.

J'autorise les associations organisatrices à conserver mes données personnelles et à les utiliser à des fins administratives et informatives, mais en aucun cas à les céder à des fins commerciales.

Je consens à être photographié.e, filmé.e ou enregistré.e dans le cadre du village d'été des arts martiaux chinois.

J'autorise les associations organisatrices à utiliser les images, les vidéos et enregistrements sonores me représentant sur des supports papier (affiches, magazine, plaquettes) et numériques (sites, réseaux sociaux, chaînes vidéo, newsletter, podcasts, DVD). Cette autorisation est consentie à titre gracieux et sans limite de durée.

### Serez-vous accompagné par des mineurs (7-14 ans) qui pratiquent ?

Prénom : ..... Âge : ..... Expérience : .....

Prénom : ..... Âge : ..... Expérience : .....

Prénom : ..... Âge : ..... Expérience : .....

Les mineurs autonomes de 15 à 17 ans doivent remplir un dossier complet. Les parents sont invités à nous contacter pour obtenir un formulaire d'autorisation parentale.

Vous effectuez le trajet en voiture, avez-vous des places pour un éventuel **co-voiturage** ? \_\_\_\_\_

### Tarifs enseignements

- Adultes 300 €
- Ados autonomes (15-17 ans) 250 €
- Enfants en famille (7-14 ans) 150 €

**Tarifs réduits** : - 20% pour les couples, les chômeurs, les étudiants et les clubs à partir de 4 personnes

**Pour les familles et les groupes**, veuillez privilégier les envois groupés.

### Inscription – enseignements – première vague d'inscription avant le 15 avril

Pour chaque personne, nous envoyer en dossier papier :

- La **fiche d'inscription** (avec les mentions légales)
- La **fiche pédagogique** (pour ancrer le projet pédagogique)
- Un **chèque d'arrhes** de 50% des coûts d'enseignements à l'ordre de « École Wushu-Brest »

Les chèques d'arrhes seront conservés jusqu'au stage. En cas d'annulation avant le 1<sup>er</sup> juillet 2022, le chèque sera détruit. Après cette date il sera encaissé, vous laissant libre de trouver un remplaçant ou de conserver un avoir pour l'année suivante. Le paiement final se fera sur place par chèque ou espèce.

Envoyer le dossier par **courrier postal** à : École Wushu-Brest - 11, rue de Maleyssié - 29200 Brest