



ECOLE **THIERRY STENGER**

THIERRY STENGER
ENSEIGNANT PROFESSIONNEL
Diplômé d'état DEJEPS

06 11 58 33 07
tstenger-taichipro@sfr.fr

Renseignements et inscription:
Ecole Thierry STENGER : 06.11.58.33.07
Sarah SAUZADE :06.59.62.56.61

mail: tstenger-taichipro@sfr.fr

mail: sarahsauz@gmail.com

Formation Tai Chi Chuan et Lecture du Mouvement

- Apprentissage de la forme lente codifié du Tai Chi Chuan : première partie = la terre
- Décryptage de la grille de lecture du mouvement : éveil des sens, développement personnel..
- Découverte/approfondissement de l'énergétique Chinoise

Ce programme a pour but de permettre selon les aspirations et orientations

- L'apprentissage de la pratique du Tai Chi Chuan, (style Yang, forme de Maître TUNG Kai Ying), forme lente première partie : l'énergie de la terre = principe Yin
 - S'enraciner (art martial)
 - Se recentrer (art méditatif)
 - Se ressourcer (art de santé)
- L'approfondissement des techniques énergétiques et de pratique à deux (applications martiales) pour développer et affiner la compréhension de l'art dans une optique de développement personnel.
 - 5 éléments ou 5 phases/mouvements (dynamique, liens et interaction)
 - Schéma corporel dans l'espace (3 axes, 6 directions)
 - Développer son potentiel (agir plutôt que réagir)
- **Le Décodage** « de la nature » du mouvement; grille de lecture, décryptage des facilités/difficultés ; « **le corps s'exprime à l'image de ce que l'on est** »
 - Clefs de compréhension (mieux se connaître)
 - Se renouveler (oser)
 - Créer du nouveau (=sortir des schémas limitant)
- Enrichir une pratique corporelle existante par un art holistique complet.
 - Ajouter des ressources (transdisciplinarité)
 - Développer sa pratique (éveil des sens = relation externe)
 - Affiner son ressenti (prendre le temps d'explorer l'instant = relation interne)
- Eveiller son être intérieur
 - Réalisation personnelle (aspiration de vie et joie)
 - Alignement (paix et harmonie)
 - Redistribution (partage et unité)

Pour qui ?

- Toute personne désireuse :
 - développer sa connaissance de l'art corporel
 - approfondir ses connaissances techniques
 - mieux se connaître
 - évoluer
 - etc.
- les soignants et les accompagnants :
- les pratiquants d'arts corporels et/ou martiaux
- les enseignants
- par curiosité
- etc.

Pourquoi un tel programme ?

- pour apprendre un art corporel complet
- découvrir et utiliser le « décodage » du mouvement
- retrouver un équilibre individuel et personnel
- favoriser un relationnel apaisé
- partager et transmettre un savoir faire et un savoir être
- pour son bien être, sa santé,...
- pour se ressourcer



Quel niveau ?

- accessible à tous
 - Pas de niveau particulier, les débutants sont les bienvenus
 - Etre motivé et s'engager dans la durée!
 - Avoir envie de partager et d'évoluer dans un groupe

Avec qui ?

- Thierry STENGER est enseignant professionnel de Tai Chi Chuan, Educateur Sportif Diplômé d'Etat DEJEPS, praticien en Médecine Symbolique©.
- Sarah SAUZADE est enseignante de QI GONG et praticienne en énergétique chinoise

Détail du programme (voir tableau ci-dessous)

- pour l'approfondissement des techniques, connaissance de l'art et décodage du mouvement
 - 4 Week-end (56h)
 - 1 semaine complète (56h)
 - Option (hors cursus) :

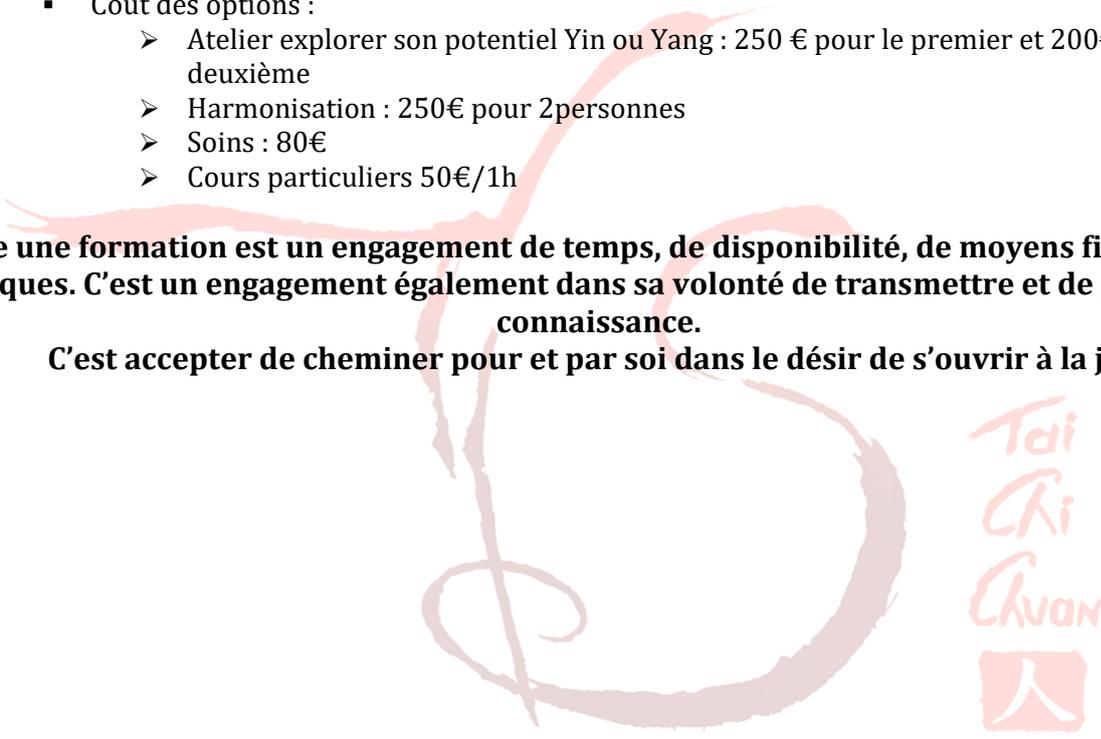
- Stage développement personnel Explorer son potentiel Yin et son potentiel Yang (28h)
- Harmonisation (3h à domicile) et soins (1h30 à Trept ou par téléphone) (Médecine Symbolique©)
- Cours particuliers
 - En visio-conférence
 - En présentiel

Concrètement

- Coût de la formation
 - Le coût total des quatre week-ends est de 680€ soit 170€/WE + stage résidentiel (hors hébergement) = 400€ (lieu à définir)
- Cout des options :
 - Atelier explorer son potentiel Yin ou Yang : 250 € pour le premier et 200€ pour le deuxième
 - Harmonisation : 250€ pour 2personnes
 - Soins : 80€
 - Cours particuliers 50€/1h

Faire une formation est un engagement de temps, de disponibilité, de moyens financiers et techniques. C'est un engagement également dans sa volonté de transmettre et de partager une connaissance.

C'est accepter de cheminer pour et par soi dans le désir de s'ouvrir à la joie

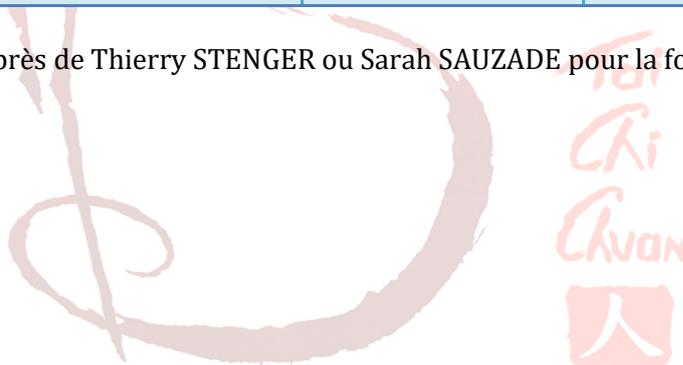


ECOLE THIERRY STENGER

Les dates des sessions du vendredi soir sont susceptibles d'évoluer selon disponibilités des salles

JOUR	Intitulé	Horaire	Lieu
WE du 05 & 06 février 2022	Week-end de formation MENETROL 63200	De 9 à 18h	Dans le Puy De Dôme Sarah et Thierry
WE du 12 & 13 mars 2022			
WE du 9 & 10 avril 2022			
WE du 14 & 15 mai 2022			
Semaine du Du 03 au 09 juillet 2022	Semaine de formation Lieu à définir	7h-8h 9h-13h 15h-19h soirée	
Option			
Explorer potentiel Yin 26 & 27 mai 2022 ou 25 & 26 aout 2022	Atelier de 2 jours Développement personnel Trept 38460	De 9 à 18h	Trept Mellie et Thierry
Explorer potentiel Yang 28 & 29 mai 2022 ou 27 & 28 aout 2022			
Soins & harmonisation en Médecine Symbolique©	Sur RDV	Harmonisation 3h Soin 1h30 Cours minimum 1h	Trept A votre domicile pour les harmonisations Ou par visio et téléphone Mellie et Thierry
Cours particuliers Tai Chi Chuan et développement personnel			

Les inscriptions et règlements se font auprès de Thierry STENGER ou Sarah SAUZADE pour la formation



ECOLE THIERRY STENGER



ECOLE THIERRY STENGER

THIERRY STENGER
ENSEIGNANT PROFESSIONNEL
DE TAI CHI CHUAN
Diplômé d'état DEJEPS

06 11 58 33 07
tstenger-taichipro@sfr.fr

Bulletin d'inscription
Formation Tai Chi Chuan et lecture du Mouvement
Saison 2022

Nom :	Prénom :
Adresse :	Téléphone fixe :
	Téléphone portable :
	Adresse email:
Code postal / Ville :	
Profession :	Date de naissance :

Sessions de formation

jour	horaire	enseignant	Lieu	Tarif pour l'année
Cursus complet 4 WE + 1 semaine	9h-18h	Thierry STENGER Sarah SAUZADE	Puy De Dôme / Isère	1080 € pour la pédagogie (Hors hébergement y compris pour le stage d'une semaine)

Mode de Règlement : **chèque(s)** à l'ordre de « Thierry STENGER ou Sarah SAUZADE », **espèces** ou **chèques vacances**

Intitulé	Modalité	Somme	Date encaissement	Remarques
				Le règlement de la totalité des sessions est exigé à l'inscription mais nous vous laissons la possibilité de payer en plusieurs chèques (maximum 10) qui seront débités au fur et à mesure <u>Attention</u> : Pas de chèques postdatés
		Total : 1080.00€	1080.00€	Chèques vacances acceptés

Première session effectuée le : 05/02/2022

Je reconnais avoir pris connaissance et accepter les modalités de fonctionnement de la formation

Fait le, _____ à _____
Signature :

En cas de difficultés financières, n'hésitez pas m'en faire part, nous chercherons une solution ensemble

