

A.R.A.M.I.S

Association de Recherche en Arts Martiaux Internes en Sarthe
(taichilemans.fr)

25, 26, 27 Juillet 2025

Rencontres Jasnières



Grâce à votre enthousiasme et à celui des animateurs, nous vous retrouverons une 35^{ème} fois pour partager notre pratique des arts martiaux.

Table des matières

Les Rencontres Jasnières	3
Site	3
Logement en camping	3
Logement en hôtel ou en gîte	3
Autres informations	6
Ateliers, 7h45 - 9h30.	7
Alibert Thierry (France)	7
Béja Vincent (France)	7
Belotti Daniel (France)	8
De Cock Douceline (Belgique)	8
Dornelly Godfrey (Grande Bretagne)	9
Foucher Sophie (France)	9
Nedeljkovic Marko (Suisse)	10
Schmidt Philippe (France)	11
Smith Lauren (USA)	11
Vigl Othmar (Italie)	11
Ateliers, 10h15 - 12h00.	12
Appelmans Marc (Belgique)	12
Benetti Roberto (Italie)	12
Ciaburri Consiglia (France)	13
De Kruijf Mirke (Pays Bas)	13
Favraud Georges (France)	14
Pekgöz Nunam (Turquie et Pays Bas)	14
Robin Dominique (France)	15
Van den Berg Mark (Hollande)	16
Vicente Thierry (France)	16
Zeng Xiang Bo (Taïwan)	17
Causeries 14h - 15h.	18
Démonstrations 15h - 15h30	18
Tuishou 15h30 - 18h00	18
Stages autour des RJ	19
Inscription aux Rencontres Jasnières 2025.	20
Restauration	21
Qui est notre chef cuisinier ?	21
Inscription au restaurant	21
Bon de réservation pour emplacement de camping	22

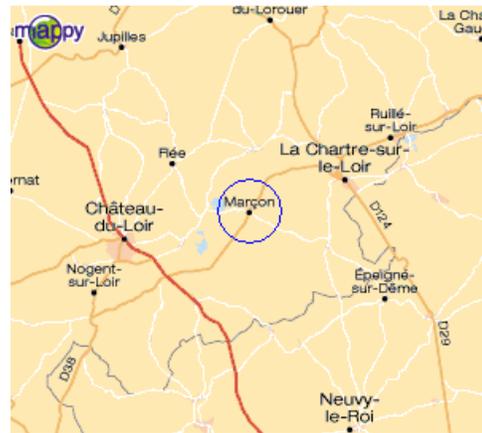
Les Rencontres Jasnieres

But :

1. Permettre aux pratiquants de taiji quan en Europe, quels que soient leur style, leur école, leur âge ou leur sexe, de se rencontrer dans un esprit d'échange, excluant toute forme de compétition. En plus des formes, du tui shou et des armes, les ateliers sont ouverts au bagua zhang, hsing I et autres pratiques internes.
2. Permettre aux enseignants de TJQ, professionnels ou amateurs, débutants ou chevronnés, connus ou inconnus, de faire connaître leur art. Comment ? simplement en candidatant spontanément auprès d'ARAMIS.
3. Contribuer à la propagation de toutes les formes de TJQ en Europe, en créant une émulation à travers un événement qui leur est consacré.
4. Créer une animation régionale.

Site

Au bord du magnifique plan d'eau de Marçon, situé au milieu du fameux vignoble de Jasnieres et des Coteaux du Loir, à 40 km environ au sud du Mans, au seuil des châteaux de la Loire.



Accès en train : www.sncf-connect.com, pensez aussi au covoiturage.

Logement en camping

Si vous souhaitez séjourner au camping du Lac des Varennes : Camping Lac des Varennes, Saint-Lézin, route de Port-Gauthier, 72340 Marçon, téléphone : 33(0)2 43 44 13 72, email : contact@lacadesvarennes.camp, site web : <http://www.lacadesvarennes.camp>.

Réservez et payez directement votre camping à l'accueil pour un emplacement de groupe (prairie) ou privatif.

Logement en hôtel ou en gîte

Une liste d'hôtels et de pensions les plus proches est jointe pour ceux qui ne souhaitent pas camper.

Informations hôtels : tel. Office du tourisme de la vallée du Loir : 33(0)2 43 38 16 60, www.vallee-du-loir.com, <http://www.ville-marcon.fr/index.php/a-votre-service/gites-chambres-d-hotes>, <http://www.booking.com/>, <http://www.gites.fr/>.

Lieu	Hôtel - adresse	Tél ; email
Beaumont-Pied-de-Bœuf 72500	hôtel du Cheval blanc, 22 rue de la Tour	02 43 44 84 59 contact@aubergechevalblanc72.com
Château-du-loir 72500	hôtel de la Gare, 170 avenue Jean Jaurès	02 43 44 00 14
Dissay-sous-Courcillon 72500	le Grand Hôtel, 59 rue A. Briand	02 43 38 25 85
La Chartre-sur-le-Loir 72340	hôtel auberge, place Morand	02 43 44 40 16 Bazin.ghislaine@neuf.fr
Ruillé-sur-loir 72340	hôtel de France, place de la République	02 43 44 40 16 hoteldefrance@worldonline.fr
	hôtel St. Pierre, 42 rue nationale	02 43 79 50 33

Lieu	Gîte - adresse	Tél ; email
Beaumont-sur-Dême 72340	M et Mme Chirol "l'âtre des greniers"	02 28 01 96 46, famill.chirol@wanadoo.fr
	Le Patois	02 47 54 78 56, rojofamille@numericable.fr
Chahaignes 72340	"la maison des coteaux" 3 lieu-dit la charpenterie	
	"Vaugermain" 26 rue de Vaugermain	02 43 23 84 61
	"L'écho pin" Lieu-dit la fosse	02 43 23 84 61
	Le gîte de l'étang d'Asnière	06 31 11 93 45
La Chartre-sur-le-Loir 72340	Campétoile au camping du vieux moulin	02 72 88 44 78
	35 rue des caves la fontaine	06 13 63 76 91
	Le cœur de ville 25 rue Nationale	
	M. Gigou, 4 rue des Caves (2 épis)	02 43 44 48 72, chambres.gigou@wanadoo.fr
Loir en Vallée 72340	"Le petit aître"	06 75 39 34 98

	"Les loges"	02 43 23 84 61
Marçon 72340	"La perdrillère"	06 63 18 61 60
	"Les pies jacassent"	06 79 57 39 96
	Gîte d'étapes du loir à vélo Les communaux, La Lozeraie,	06 29 54 25 39
	"la campagne" 58 lieu-dit les carries	
	Tonneaux du lac des varences	02 43 44 13 72
	"le chêne " 72 lieu-dit les carries	06 48 11 93 04
Poncé sur Loir 72340	Les loges Mme Bruneau	06 89 93 53 73
Vouvray-sur-Loir 72500	M. Grandamy, 104 rue Oscar Monéris	06 60 23 92 42

Lieu	Chambre d'hôte - adresse	Tél ; email
Chahaignes 72340	La Tale	02 43 46 95 99
	M. Vigoureux "L'autourserie"	06 71 86 17 15, fvigoureux@wanadoo.fr
Dissay-sous-Courcillon 72500	Le puits de la montrée 7 lieu-dit montrée	02 43 46 37 26
	Les ormeaux, 9 route de Cerize	02 43 79 12 43 / 06 81 49 39 28, contact@naturedetente.com
La Chartre-sur-le-Loir 72340	M. Millet Lecourt, 8 rue de Syke Le grand Moulin	02 43 44 65 78 / 06 85 56 30 45, mdmillet-moulin@club- internet.fr
	La Fontaine 4 rue des caves	02 43 44 48 72
Loir en vallée 72340	Le grand moulin 8, rue de Syke	02 43 44 65 78 / 06 85 56 30 45
	Château de la Flotte Hameau du Pont de Braye	06 88 36 45 94
Luceau 72500	M. Tertrain, moulin d'Hilleraie	02 43 79 49 85 / 06 10 39 29 34, moulin_hilleraie@hotmail.fr
	M. Durand, la Peloiserie	02 43 44 68 76 / 06 23 05 49 41, fabienne.durand.72@gmail.com
	Le moulin calme	02 43 46 39 75, eric.gougerot@orange.fr

Marçon 72340	"Les borderies", Marc et Rusthon	09 67 74 58 15
Poncé-sur-Loir 72340	La Ponce secrète, 2 rue des coteaux	06 61 16 03 88

Autres informations

Les ateliers proposés dureront 1 heure 45 min chacun, le matin de 7h45 à 9h30, de 10h15 à 12h00. Les professeurs vous seront présentés le vendredi 25/07 à 7h30. Plusieurs interventions orales sur un thème touchant de près ou de loin au taiji quan sont mises en place de 14h à 15h, suivies des démonstrations de 15h à 15h30, et du tui shou, de 15h30 à 18h. La formule consiste à inviter un(e) partenaire à son gré à pratiquer le tui shou libre, dans un **cadre non compétitif** et dans le **plus grand respect d'autrui**, ce qui est devenu la marque distinctive du succès des RJ, conjointement à l'esprit de rencontre. Les participants choisissant un atelier "arme" seront tenus d'apporter leur matériel. Si la demande pour certains ateliers s'avère trop importante, priorité sera donnée aux premiers inscrits.

Une restauration est prévue pour ceux qui le désirent dans la salle communale. Nous vous demandons **impérativement de réserver et de payer vos repas avant le 20 juillet** car aucun repas ne pourra être réservé, ni payé sur place.

Deux permanences seront assurées pour les règlements sur place ou les éventuels problèmes : 9h30 à 10h15 à l'espace tui shou, de 14h à 15h sur la base de loisirs au point RJ.



Contact : Aramis, site web : <http://taichilemans.fr/>, 39 rue P. Eluard, 72000 Le Mans - France, email : fabienneponcin@yahoo.fr

*Vous dégusterez le vin Jasnières vendredi à 18h30 pour un coût modique (4 €).
 Une soirée dansante vous est réservée samedi soir, salle du restaurant !
 ARAMIS vous souhaite beaucoup de rencontres et de plaisir.
 Toute inscription suppose l'abandon de votre droit à l'image.*

Ateliers, 7h45 - 9h30.

Alibert Thierry (France)



Email : taiji ecoletao.thierryalibert@gmail.com.
Taiji quan : taiji pratique depuis 45 ans, enseigne depuis 40 ans.
Professeurs : Sautaree, Saby, Signat.
Style : taiji style yang.
Autres arts : Kick boxing.
Enseigne : français, anglais.

Vendredi
Samedi
Dimanche

Pratique des 12 cercles énergétiques de Yang Shanyou.

Béja Vincent (France)



Email : vincentbeja@gmail.com.
Taiji quan : pratique depuis 1989.
Professeurs : Su BaoQuan.
Style : wu de l'école de Shanghai.
Enseigne : français et anglais.

Vendredi

Les tuishou de l'école wu sont légers, vifs, fluides et d'une très grande richesse. Les ateliers proposés seront centrés sur les tuishou à pas fixe et les multiples variations à une et deux mains qui permettront de développer un sens raffiné du timing, de l'espace et du vide et du plein dans le rapport à l'autre. Mise en place des principes de bases. Caractéristiques des tuishou de l'école wu (appui - travail de la taille - Song - légèreté - équilibre central) au travers du travail fondamental de différentes techniques de la poussée à une main.

Samedi

Comprendre la rotation de base à deux mains. Caractéristiques des tuishou de l'école wu (song - légèreté - yin-yang - zhan nian jin :

adhérer/coller/relier/suivre) au travers de la rotation de base de la poussée à deux mains.

Dimanche

Découvrir d'autres rotations à deux mains. Caractéristiques des tuishou de l'école wu (song - légèreté - yin-yang - zhan nian jin : adhérer/coller/relier/suivre) au travers de quelques unes parmi l'ensemble des treize rotations à deux mains qui font la richesse de l'école.

Belotti Daniel (France)



Email : belottidaniel@gmail.com.

Taiji quan : pratique depuis 35 ans, enseigne les xingyi quan et bagua zhang depuis 25 ans.

Professeurs : xinyi quan et bagua zhang : Chen Bing Dong, wing chun : Pun Kiping, taichi tang lang : Lien Hua, i quan : Wang Xiang.

Style : comme mentionné.

Enseigne : français, anglais, italien et chinois.

Vendredi

Mise en place et développement de la force globale. Construction des 3 structures : physique , énergétique et mentale à travers l'étude de nei gong et des 2 premières forces du xinyi quan.

Samedi

Suite et étude des forces 3 et 4 du xinyi quan .

Dimanche

Union des 3 structures et travail des 5 forces du xinyi quan..

De Cock Douceline (Belgique)



Email : taichichuanetartsinternes@gmail.com.

Taiji quan : pratique depuis une vingtaine d'années et enseigne depuis une quinzaine d'années.

Professeurs : Jean-Jacques Hanssen, Eric Lee, Karl-Heinz Klug, Georges Saby.

Style : yang, chen, sun et wu.

Autres arts : qi gong, liu he ba fa.

Enseigne : français, anglais, espagnol, un peu en néerlandais.

Maître Sun Lutang enseignait un système complet comprenant le tai chi chuan, le hsing i chuan et le bagua zhang. Ces 3 arts présentent une complémentarité totale, tant martiale que du point de vue santé.

Spécificités :

- enseignement d'après la lignée de Sun Cunzhou (fils de Sun Lutang) et Sun Shurong (petite fille de Sun Lutang.) ;
- ces trois arts (internes) se pratiquent entièrement en traction.

- Vendredi** *tai chi chuan* :_le style sun est une évolution des autres tai chi chuan : à chaque pas, on remplit complètement la jambe avant et l'on vide complètement la jambe arrière. Il est en cela d'une grande richesse et permet d'aborder l'art interne en profondeur. Etude de la 1^e partie de la forme *ouverture-fermeture, petits pas agiles* (forme 98) et de quelques principes.
- Samedi** *hsing i chuan* : le plus simple mais le plus subtil des 3 arts internes. Il se pratique en vidant le pas complètement en jambe avant mais en le remplissant en jambe arrière : complément indispensable du tai chi chuan. C'est donc, d'une manière surprenante, un art très yin, son énergie passe principalement par la terre. Pratiquer le *hsing i chuan* offre une opportunité étonnante d'étirer les psoas sur toute leur longueur. Découverte de quelques éléments.
- Dimanche** *bagua zhang* :_Pratiquer le bagua apprend à tourner la taille et non les hanches et apprend à pivoter avec le non-faire qui ne fournit pas d'information à l'adversaire. Marche, simple(s) retournement(s) et double retournement : découverte/approfondissement du pas et du pivot.

Dornelly Godfrey (Grande Bretagne)



Email : maryandgodfrey@hotmail.com.

Taiji quan : pratique depuis 37 ans, enseigne depuis 35 ans.

Professeurs : Dan Docherty.

Style : wudang.

Enseigne : anglais, un peu en français.

- Vendredi** Exercices du dao-yin pour la détente et la condition physique qui facilitent la circulation sanguine et le flux du qi. Pratique idéale le matin pour renforcer l'équilibre entre le corps et l'esprit.
- Samedi** zhan zhuang, méditation debout, pour améliorer la structure corporelle et la puissance.
- Dimanche** J'enseignerai une forme de lance. Veuillez apporter votre propre lance car aucune ne sera fournie. La forme sera enseignée en trois sections au cours des trois jours.

Foucher Sophie (France)



Email : contact@meng-diao.fr

Taiji quan : pratique depuis 16 ans, enseigne depuis 12 ans.

Professeurs : Faye Yip, Liqin Yang, Yuan Hong Hai, Zhang Xiaoyan.

Style : yang, chen.

Enseigne : français, un peu en anglais.

- Vendredi** Introduction et premiers mouvements de la forme taiji kung fushan 52 (apprendre les premiers mouvements et se familiariser avec l'éventail). Des éventails seront disponibles sur place.
- Samedi** Approfondissement des mouvements de la forme taiji kung fu shan (renforcer les mouvements appris et introduire de nouveaux mouvements).
- Dimanche** Approfondissement et introduction de nouveaux mouvements de la même forme. Intégration et fluidité (intégrer tous les mouvements appris et travailler sur la fluidité).

Nedeljkovic Marko (Suisse)



Email : markoned@gmx.net.

Taiji quan : pratique depuis 2001 ; enseigne depuis 2007.

Professeurs : Wilhelm Mertens, Tony Ward, Robert Sahli et autres.

Style : yang.

Autres arts : baihe quan.

Enseigne : anglais, français et allemand.

- Vendredi** Explorer de manière ludique la mécanique corporelle élémentaire avec le taiji bang (bâton court ; les bâtons seront disponibles sur place).
- Samedi** Apprendre des exercices fondamentaux (tai chi chih) avec le taiji bang.
- Dimanche** Apprendre des exercices en présence d'un partenaire avec le taiji bang pour entraîner la sensibilité (ting jin).

Schmidt Philippe (France)



Email : contact@wuji-taichichuan.fr.

Taiji quan : pratique depuis 2005 ; enseigne depuis 2011.

Professeurs : W. Lowenthal.

Style : cheng man chin.

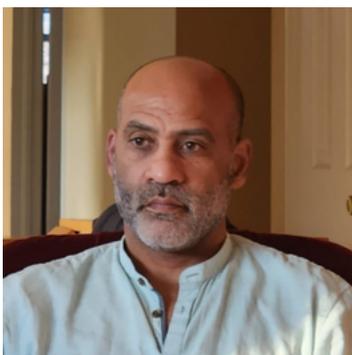
Autres arts : kung-fu.

Enseigne : français et anglais.

Vendredi
Samedi
Dimanche

Je vous propose de partager mon expérience et ma compréhension des tuishou et des principes du taiji quan au regard de la notion de « résistance énergétique » qui est au coeur de ma compréhension de la neutralisation.

Smith Lauren (USA)



Email : smithwuji@gmx.de.

Taiji quan : pratique depuis 36 ans ; enseigne le taichi depuis 32 ans.

Professeurs : Zhong, Ken Duhamel, Serge Dreyer, Lai Kanzhao.

Style : yang.

Autres arts : bagua zhang, feldenkrais, bothmer gymnastis, systema.

Enseigne : anglais, allemand et français.

Vendredi
Samedi
Dimanche

La terre : exercices d'enracinement, de solidité et de connection avec le sol.

Le ciel : exercices de centrage, de coordination et de connection avec l'espace supérieur.

Le centre : exercices de centrage, de coordination et de connection au-dessus et en dessous.

Vigl Othmar (Italie)



Email : 8forces5steps@gmail.com.

Taiji quan : pratique depuis 26 ans ; enseigne le taichi depuis 20 ans.

Professeurs : Dan Docherty.

Style : tai chi quan pratique, style wu.

Autres arts : qi gong.

Enseigne : anglais, italien et français.

Vendredi

Introduction et exploration de huit exercices de poussée des mains très utiles. Convient aussi bien aux débutants qu'aux praticiens plus avancés.

Samedi

Introduction ludique d'exercices de base et d'applications de tai ji quan dans l'entraînement de la poussée des mains. Convient aussi bien aux débutants qu'aux praticiens plus avancés.

Dimanche

Entraînement progressif, simple et ludique de la poussée des mains et de self-défense qui commence par quelques bases et se développe à partir de là. Convient aussi bien aux débutants qu'aux praticiens plus avancés.

Ateliers, 10h15 - 12h00.

Appelmans Marc (Belgique)



Email : marc.appelmans.chenghsin@live.fr.

Taiji quan : pratique depuis 42 ans, enseigne depuis 41 ans.

Professeurs : Robert Ruck, Peter Moy, Peter Ralston, Serge Dreyer, Epi Van de Pol.

Style : yang jia michuan, cheng hsin.

Autres arts : qi gong, systema.

Enseigne : français et anglais.

Vendredi

La base de la respiration et dans tous les états. Sous différentes formes respiratoires on utilisera les trois grands groupes musculaires seul et avec partenaires. Et surprise il y aura ! Je n'en dis pas plus !!! Comme matériel avoir un bâton et de quoi être au sol.

Samedi

Dimanche

Benetti Roberto (Italie)



Email : benett.roberto@fastwebnet.it.

Taiji quan : pratique depuis 1985 et enseigne depuis 1996.

Professeurs : George Xu, Wu Wen Wei, Ji A Dong.

Style : chen et yang.

Autres arts : liu he xin yi quan, lanshou quan, qi gong, tuina, respiration buteyko, taiji adapté aux malades atteints de Parkinson.

Enseigne : français et anglais.

Vendredi
Samedi

Les neuf principes fondamentaux du travail interne.

Exécution des mouvements du tai ji quan en accord avec les principes fondamentaux.

Dimanche

Application des principes fondamentaux dans la pratique du tui shou.

Ciaburri Consiglia (France)



Email : consigliavicente@yahoo.fr.

Taiji quan : pratique depuis plus de 20 ans et enseigne depuis environ 20 ans.

Professeurs : Li Jun.

Style : cheng pour le bagua zhang, formes de taiji quan pour la compétition.

Autres arts : kung fu shaolin.

Enseigne : français, anglais et italien.

Vendredi
Samedi

Bagua zhang : les paumes mères du style cheng.

Bagua zhang : révision des paumes mères et pratique à deux rou shou (mains souples du bagua zhang).

Dimanche

Bagua zhang : création d'un duilian.

De Kruijf Mirke (Pays Bas)



Email : mirketaichi@outlook.com.

Taiji quan : pratique depuis 11 ans et enseigne depuis environ 5 ans.

Professeurs : Judith van Drooge, W.C. Chen.

Style : Yang.

Enseigne : en anglais et hollandais.

Vendredi

Jeu d'équilibre à 2

Nous jouerons avec l'équilibre, chercherons le yin et le yang en nous et chez les autres. Nous étudierons «l'art» dans l'art martial tai chi où la technique et l'intention se rencontrent. Nous utiliserons quelques exercices codifiés avec un partenaire et quelques mouvements libres. Nous explorerons et obtiendrons de nouvelles expériences qui peuvent être utilisées dans votre tai chi et votre poussée des mains.

Jeu pour découvrir la notion d'équilibre. Où pouvons-nous le trouver et l'utiliser ?

Samedi Dimanche

Yin et yang partout.

Combinaison de l'équilibre, du yin yang et de « l'art » en art martial.

Favraud Georges (France)



Email : gfavraud@gmail.com.

Taiji quan : pratique depuis 25 ans et enseigne depuis 10 ans. Il a auparavant étudié l'aïkido durant 13 ans, étudié la médecine chinoise (théories et massages) durant 3 ans.

Professeurs : Li Jiazhong (moine taoïste quanzhen vivant au Hunan).

Style : Arts martiaux internes et *daoyin* taoïstes.

Enseigne : français et anglais.

Vendredi

Boxe interne de la panthère (*baoxing*) : exercices en solo et en collaboration, revisiter les principes an et lü et la force intérieure du taijiquan.

Samedi

Boxe interne de l'ours (*xiongxing*) : exercices en solo et en collaboration, revisiter la posture de l'arbre et le principe peng du taijiquan.

Dimanche

Fondamentaux internes du bâton long (*gunfa*) à partir des formes animales et des principes du taijiquan.

Pekgöz Nunam (Turquie et Pays Bas)



Email : nefestaichi@gmail.com.

Taiji quan : pratique depuis 28 ans et enseigne depuis 18 ans.

Professeurs : Tang Wei (11^{ème} génération style chen, 5^{ème} génération style yang), Jiang Qijian (12^{ème} génération style chen), Wang Yan (5^{ème} génération style yang).

Style : chen et yang.

Autres arts : bagua zhang, qigong et daoyin.

Enseigne : anglais, hollandais et turc.

Vendredi

- Imprégnez-vous des armes traditionnelles en comparant différentes armes traditionnelles. Abordez les problèmes de discipline et de respect dans l'entraînement aux armes et explorez les éléments essentiels de l'inspection, de la tenue et du maniement d'une épée taiji. Faites des comparaisons entre le taijijian et le taijiquan.

Samedi

Forme taijijian des 18 mouvements style yang (mouvements 1-8)

- Imprégnez-vous des mouvements harmonieux du taijijian de cette forme, en vous concentrant sur les huit mouvements initiaux pour construire une base solide dans les techniques d'épée du taiji.

Dimanche

Forme taijijian des 18 mouvements style yang (mouvements 9-18)

- Continuez votre voyage à travers le taijijian, en explorant les mouvements restants et en affinant vos compétences dans l'art de l'épée taiji.

Robin Dominique (France)



Email : domi.robin@orange.fr.

Taiji quan : pratique depuis 2002 et enseigne depuis 2008.

Professeurs : Bob Lowey, daoyin ; Yang Sheng Gong, zhineng qigong..

Style : taijiquan wudang practical (Dan Docherty).

Enseigne : français et anglais.

Vendredi

Daoyin baojian gong est une série de huit exercices, parmi les séries de qigong créées par feu professeur Zhang Guangde, qui permet de développer un corps en pleine forme, de réguler le souffle et de cultiver un esprit paisible et joyeux.

Samedi

Suite.

Dimanche

Fin.

Van den Berg Mark (Hollande)



Email : : mark@dewereldvanmorgen.nl,
taichichuanwijchen@gmail.com.

Taiji quan : pratique depuis 1999 et enseigne depuis 2002.

Professeurs : Hans Lauxen, Louis Molera, Judith van Drooge, Willem Kienhuis.

Style : yang, cheng man ching.

Enseigne : en hollandais et anglais.

Vendredi

Après un échauffement basé sur le flux et le qigong, nous examinerons plus en profondeur certains mouvements et les relierons aux techniques que l'on peut trouver dans les formes de bâton du taijiquan. Cela sera suivi d'une exploration de ces techniques trouvées à travers le miroir de la « fonction ». Autrement dit, nous nous concentrerons sur l'intention, l'application, le partenaire derrière les techniques et les mouvements.

Samedi

Suite du vendredi, nouvelles techniques et donc nouvelle forme et nouvelle fonction. Après un échauffement basé sur le flux et le qigong, nous examinerons plus en profondeur certains mouvements et les relierons aux techniques que l'on peut trouver dans les formes de bâton du taijiquan. Cela sera suivi d'une exploration de ces techniques trouvées à travers le miroir de la « fonction ». En d'autres termes, nous nous concentrerons sur l'intention, l'application, le partenaire, derrière les techniques et mouvements.

Dimanche

Suite du vendredi et du samedi, nouvelles techniques et donc nouvelle forme et nouvelle fonction. Après un échauffement basé sur le flux et le qigong, nous examinerons plus en profondeur certains mouvements et les relierons aux techniques que l'on peut trouver dans les formes de bâton du taijiquan. Cela sera suivi d'une exploration de ces techniques trouvées à travers le miroir de la « fonction ». En d'autres termes, nous nous concentrerons sur l'intention, l'application, le partenaire, derrière les techniques et mouvements.

Vicente Thierry (France)



Email : thierryvicente@yahoo.fr.

Taiji quan : pratique depuis 25 ans et enseigne depuis 14 ans.

Professeurs : Robert Zemb.

Style : taiji quan style chang, bagua zhang style jiang, xing yi liuhe style song.

Enseigne : français et anglais.

- Vendredi** Utiliser les objets du quotidien pour se défendre dans un environnement spécifique + cadre législatif .
- Samedi** Apprentissage d'un court taolu du taiji quan à la canne + applications martiales.
- Dimanche** Travail avec armes et mise en situation : canne contre couteau, bâton long contre bâton court et croissants de lune du bagua zhang.

Zeng Xiang Bo (Taiwan)



Email : wuyuhuagrace@gmail.com.

Taiji quan : pratique depuis 42 ans et enseigne depuis 31 ans.

Professeurs : Cheng Kuo Ming (CMC 鄭曼青 ascendance).

Style : forme de tai chi CMC37P, applications de la forme, poussée des mains.

Autres arts : wing chun, épée et bâton.

Enseigne : chinois et taiwanais.

- Vendredi** Mouvements de base du tui shou -- Travail en binôme. Exercices : déplacements, mouvements des mains en cercle vertical, mouvements des mains en cercle horizontal, changement de mains. Ajustements de posture.
- Samedi** Immersion dans la forme tui shou -- Travail en binôme. Exercices : Gratter le luth, Brosser le genou et pivoter, Avancer, se déplacer, parer et frapper. Poing sous le coude, Vol diagonal, Fouet simple descendant
- Dimanche** Fa jin — Travail en binôme
Les éléments du fa jin. Neutralisation, force des hanches, déplacements, mains souples, alignement du corps.

Causeries 14h - 15h.

Causeries	
Vendredi, 14h00 – 14 h20	Vicente Thierry : Transmission des arts martiaux traditionnels chinois dans les sociétés de consommation.
Vendredi, 14h30 – 14h50	Foucher Sophie : Origine et évolution de la forme de l'éventail.
Samedi, 14h00 – 14h20	Benetti Roberto : Cohérence et logique du travail interne pour l'activité motrice adaptée.
Samedi, 14h30 – 14h50	Belotti Daniel : Comprendre la posture de l'arbre et ses objectifs.
Dimanche, 14h00 – 14h20	Favraud Georges : Les imitations animales des arts chinois du corps sont-elles chamaniques ?
Dimanche, 14h30 – 14h50	Berz Severin : Le tuishou comme outil pour explorer la bonne distance relationnelle.

Démonstrations 15h - 15h30

Avant la séance de tui shou, il vous est possible de proposer une démonstration, n'hésitez pas à nous contacter. Certains animateurs nous proposent comme démonstration :

Alibert Thierry : pao chui style yang.
Belotti Daniel : la force globale en xinyi quan
Ciaburri Consiglia : bâton qi mei gun, style shaolin.
Foucher Sophie : taiji kung fu shan 52.
Robin Dominique : qi gong avec les participants.
Vicente Thierry : croissants de lune du bagua zhang.

Tuishou 15h30 - 18h00

Pratique commune du tuishou avec changement de partenaire toutes les dix minutes. **Au début du tui shou**, Serge Dreyer propose une initiation au tui shou pour les débutants (15h30 - 16h15). Une fois cette initiation terminée, les débutants intègrent le groupe des autres pratiquants.



Email : serge.dreyer@gmail.com.

Taiji quan : pratique depuis 1976 et enseigne depuis 38 ans.

Professeurs : Li jin Chuan, Wang yen Nien, Lai Kan zhao.

Style : yang jia michuan.

Autres arts : bagua et xing yi.

Enseigne : français, anglais.

En parallèle au tuishou, de 15h30 à 18h00, pour ceux qui le souhaitent, le barnum est mis à votre disposition pour une séance de massage autogérée.

Stages autour des RJ

Appelmans Marc ; du 20 au 24 juillet, trouver la liberté du corps, contact : le téléphone 06 81 09 65 26, marc.appelmans.chenghsin@live.fr

Zeng Xiang Bo propose un stage après les RJ, du 28 juillet au 29 juillet. Contact : : <https://forms.gle/SQpyPDpE1Msv1o8T8> E-mail : wuyuhuagrace@gmail.com.

Inscription aux Rencontres Jasnières 2025.

A retourner impérativement avant le 20 Juillet 2025

Nom (en lettres capitales) :

Prénom :

Adresse :

Téléphone : **email** :

Je règle à l'inscription par un chèque de **115 €** ou par virement (Iban : FR76 1548 9048 1600 0134 3124 051, BIC CMCIFR2A) ou bien encore en ligne via notre site web. Précisez votre nom. Inscription de trois jours non sécables !

Je règle les frais de participation **sur place** au tarif de **140 €**.
Inscription de trois jours non sécables ! Le formulaire est dans tous les cas à envoyer à : ARAMIS, 39 rue P. Eluard, 72000 Le Mans - France.

J'ai besoin d'un reçu en arrivant : **oui** **non**

Sans réponse négative d'ARAMIS, votre inscription est acceptée à la réception de vos droits d'inscription.

Note importante :

Les frais d'inscription ne couvrent pas les risques d'intempérie et à moins d'une annulation totale des 3 jours d'activité, il ne sera procédé à aucun remboursement. Les désistements postérieurs au 15 juillet ne seront pas remboursés. Pour les ateliers tui shou, pensez à enlever vos lunettes et bijoux pour éviter tout dommage. ARAMIS décline toute responsabilité en cas de vol, de bris de matériel, de dommage corporel durant les RJ.

Ateliers choisis :

Inscrivez vos ateliers par ordre de préférence : (*nous essayerons de respecter vos désirs bien qu'il soit parfois nécessaire de répartir les participants dans tous les ateliers*).

	7 h 45 - 9 h 30		10 h 15 - 12 h 00	
	choix 1	choix 2	choix 1	choix 2
vendredi				
samedi				
dimanche				

Signature :

Date :

Restauration

Qui est notre chef cuisinier ?

Jean-Marie Barbotin



Si vous croisez Jean-Marie Barbotin dans l'herbe haute des fossés - le panier d'osier à la main – c'est qu'il vous prépare, à base de violettes, une de ses recettes enviées des dieux. On aime en outre le surprendre derrière les grilles d'un cimetière de village, poser son dévolu sur un pied de romarin béni, qu'il vous acoquine, sans complexe, à une tarte aux abricots. En pleine inspiration, Jean-Marie Barbotin s'amuse à glisser des pépites de chocolat blanc au cœur d'une purée de panais gentiment couchée sur son pavé de bœuf. La mine réjouie, il vient vous servir le tout avec verve et humour. Naturellement. Une petite pointe de talent, en sus, cachée derrière la malice insouciant d'un cuisinier amoureux des mets. Et des gens. Simplement. *(extrait de la page web du cuisinier).*

Inscription au restaurant

A retourner impérativement avec le paiement avant le 20 Juillet 2025.

Nom (en capitales et script) :

Prénom :

Végétarien : oui non

	vendredi		samedi		dimanche	
	adulte	enfant	adulte	enfant	adulte	enfant
midi						
soir						

Adultes : * 14 € =enfants..... * 7 € =**Total = €.**

NB « enfant » = moins de 10 ans.

Paiement de l'inscription et de la restauration (précisez votre nom et le nombre de repas) :

- sécurisé en ligne depuis notre site, Iban : FR76 1548 9048 1600 0134 3124 051, BIC CMCIFR2A
- virement international, Iban : FR76 1548 9048 1600 0134 3124 051, BIC CMCIFR2A
- chèques bancaires établis à l'ordre d'ARAMIS et **envoyés avec ces coupons** à ARAMIS, 39 rue P. Eluard, 72000 LE MANS.

Bon de réservation pour emplacement de camping

Réservation obligatoire.

Le bulletin de réservation signé est **à retourner directement au camping**. Le camping reprendra contact avec vous par mail ou par téléphone, afin de vous informer de son acceptation ou de son refus.

CAMPING LE LAC DES VARENNES***
SAINT LEZIN
72340 MARCON
TEL 02 43 44 13 72 contact@lacadesvarennes.camp

Nom (en capitales et script) :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Pays :

email :

Tél fixe :

Portable :

Date d'arrivée :

Date de départ :

Merci de nous informer si vous pensez arriver en dehors des heures d'ouvertures de l'accueil (entre 12h-14 et après 19h30).

Liste des participants (en plus du demandeur) :

Nom, prénom :

date de naissance :

Soit : x entre 3 et 12 ans ; x entre 13 ans et 17 ans ; x + 18 ans

Si animal : si oui, combien ?

Nombre véhicule :

ENTOUREZ VOTRE CHOIX :

- Emplacement privé (prix pour 1 ou 2 personnes)
 - Sans électricité : 17.35€
 - Avec électricité : 21.30€

- Emplacement dans la prairie avec le groupe pour une personne :
 - Sans électricité : 8.70€
 - Avec électricité : 12.65€

(supplément non compris dans le prix de l'emplacement : taxe de séjour, personne supplémentaire, animal etc...)

MERCI DE BIEN REpondre A TOUTES CES INFORMATIONS CAR PLUS NOUS AVONS D'INFORMATIONS AU MIEUX NOUS POURRONS VOUS ETABLIER UN DEVIS BIEN PRECIS

CONDITIONS GENERALES DE VENTE

Modalités de réservation :

Pour valider la réservation, nous demandons la totalité du séjour dès validation du devis. Lors de la réception de votre demande, nous vous contacterons par mail ou par téléphone afin de vous informer de son statut.

Conditions d'annulation :

L'annulation d'une réservation doit être confirmée par écrit (e-mail, lettre). Les frais de dossier ne sont en aucun cas remboursés.

Le versement d'un acompte engage le réservataire à effectuer le séjour. Tout acompte versé ne peut être réclamé en cas d'annulation. Néanmoins, pour tenir compte des aléas que les campeurs peuvent rencontrer, le camping s'engage à rembourser tout ou partie de l'acompte dans les conditions suivantes :

Si votre annulation est reçue :

2 mois avant la date d'arrivée prévue dans le camping : il vous est remboursé **la totalité** de l'acompte ;

entre 2 mois et 1,5 mois avant la date d'arrivée prévue dans le camping : il vous sera remboursé **75%** de l'acompte ;

entre 1,5 mois et 1 mois avant la date d'arrivée prévue dans le camping : il vous sera remboursé **50%** de l'acompte.

En deçà et en cas d'arrivée retardée ou de départ anticipé : aucun remboursement.

Votre emplacement ou location sera conservé(e) à votre disposition jusqu'à midi le lendemain de la date d'arrivée prévue. Passé ce délai, et sans nouvelles de votre part, le camping pourra en disposer de plein droit. Pensez à téléphoner.

Nous vous rappelons que nous pouvons vous proposer une **assurance annulation** (Adhésion possible auprès de notre camping, n'hésitez pas à vous renseigner !).

Formulaires à renvoyer
ou inscription et paiement en ligne :

<http://taichilemans.fr/>

avant le 20 juillet 2025

A.R.A.M.I.S

Association de Recherche
en Arts Martiaux Internes en Sarthe

39, rue Paul Eluard 72000 Le Mans
Tél : 02 43 76 88 08, 06 19 82 28 10
<http://taichilemans.fr/>, aramis@taichilemans.fr
fabienneeponcin@gmail.com