



village d'été

Arts martiaux chinois

Culture du corps, du souffle & des relations
Troisième Édition

Bourgmestres

Renping Su-Goarzin & Georges Favraud

Puits de savoirs

Benoît Denolle, Quentin d'Hainaut, Marc Lebranchu,
Su Renfeng, Mathieu Vignau, et bien d'autres...

Domaine de Lembrun

Agen | Rives du Lot



11-17

Août 2024

STAGE **interdisciplinaire**
Kungfu
Taijiquan
Qigong
Méditation

Ouvert à tous

Débutants & Avancés
Techniciens & Artistes
Pédagogues & Chercheurs
Adultes & Enfants



Le projet de Village d'été

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 près de 20 ans dans les pratiques internes du souffle et de la méditation.

Georges est enseignants d'arts martiaux internes et 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.

Les deux premières éditions nous ont permis de rassembler des experts de haut niveau et d'une grande générosité dans leur transmission, bien au-delà de nos attentes.

En 2023, 140 pratiquants de tous âges et disciplines ont pu progresser dans leur technique et découvrir d'autres facettes des arts chinois du corps, dans un espace de partage, de bienveillance et de bonne humeur.

A la demande générale,
l'expérience se pérennise, venez nous rejoindre !



- 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 s'inscrit dans un projet évolutif qui s'adresse à des pratiquants et des enseignants de multiples horizons et de tous niveaux, souhaitant s'investir dans une progression de fond et dans la durée.



Les Puits de savoirs

Benoît Denolle

Pratique le Wushu depuis seize ans. Après six ans en équipe de France et comme sportif de haut-niveau, Benoît est rompu aux compétitions mondiales et s'oriente vers la formation des jeunes. Devise : "soit j'y vais fort, soit je n'y vais pas !"



Quentin d'Hainaut

Ancien membre de l'Équipe de France de Kung Fu Wushu, Quentin est aujourd'hui acteur et cascadeur. Il enseigne notamment le Hung Gar (famille Lau) et le Wing Chun.



Marc Lebranchu

Pratiquant des techniques Wudang Taijimen (Qigong, Yuangong) et Lümen (méditation). Docteur en histoire et anthropologie religieuse, Marc est spécialiste de la réception du taoïsme en Occident et auteur du livre : Découvrir le taoïsme (Eyrolles, 2020).



Su Renfeng

Championne de Chine de Wushu, 7e duan AFWK. Spécialiste de l'éventail et du style Yang 24, première représentante du maître Li Deyin.



Mathieu Vignau Loustau

Enseignant de Kungfu et de massage, praticien de médecine chinoise. Mathieu est aussi diplômé de STAPS et moniteur d'escalade. Il s'intéresse en particulier aux mouvements primaires et instinctifs.



En présence amicale de

Léo Benouaich

Entraîneur Equipe de France Taolu
Docteur en biomécanique



Jonathan Barbary

Spécialiste du Pakmei de Foshan
Expert fédéral styles traditionnels



David A. Palmer

Anthropologue (Univ. Hongkong)
Spécialiste du qigong & du taoïsme



Juliette Vauchez

Sportive haut-niveau Wushu (depuis 2013)
Multiple médaillée France & Europe



L'équipe pédagogique & technique



Zalie Bellacicco

Chanteuse & vocaliste
Pratiquante de Taijiquan



Dai Jie

Enseignante de chinois (Univ. Nantes)
Traductrice littéraire



Willy Mangin

Enseignant Wushu Taiji Qigong
Diététicien-nutritionniste
Expert fédéral Santé - Bien-être



Antoine Molard

Multiple champion de France Wushu
Armes & styles traditionnels



Gautier Ravet

Enseignant de Taijiquan
Praticien thérapies psychocorporelles



Pierre Souchar

Vidéaste & journaliste
Enseignant en audiovisuel



Yvan Vélard

Enseignant Taijiquan et Qigong
Praticien MTC



Mathias Cohen

Pratiquant nomade d'AMC,
Temples taoïstes & bouddhistes.
Devise : "une vie plus simple"



Mee-Jung Laurent

Enseignante de Taijiquan & Bagua
Infirmière



Frédéric Moizan

Diplômé STAPS, 4e dan Wushu
Responsable régional arbitrage AFWK
Formateur jeunes & enfants



Thuy Huyen Nguyen

Praticienne de MTC (D.U. Duprac)
Enseignante de Qigong



Delphine Rizzardi

Enseignante de Wushu
Doctorante Sciences de l'éducation
Arts chinois du corps en France



Stéphane Trompé Baguenard

Expert Roliball - Raquette yin-yang
Diplômé TBBF, certifié Shanghai R.A.
Enseignant Qigong depuis 1995



Stéphane Wellecan

Enseignant de Taijiquan & Qigong
Diplômé MTC
Intervenant en centre pénitentiaire

Écoles partenaires



Prévention-Longévité
Poitiers (86)



Académie Fanling
Ivry-sur-Seine (94)



CKW - Dragon noir
Guyancourt (78)



Ecole de Yiquan
Vincennes (94)



Arts martiaux chinois
Brest (29)



Arts martiaux internes
Toulouse (31)



TaiChi - La Grande Ourse
Périgueux (24)



5 Animaux Roliball
Toulouse (31)



Wushu compétition
Bordeaux (33)



Formation & Recherche
Toulouse (31)



Institut Madeo
Pau (64)



Kungfu Nomade
Libourne (33)



Ecole de Taijiquan
Mons (Belgique)



KFAMC - Arts martiaux
Grenoble (38)

Pré-Programme 2024

Au petit matin

7h00 – 8h00

- Méditation taoïste
- Posture de l'arbre – *zhanzhuang*
- Drill & Jibengong

Marc Lebranchu
Su Renping & Georges Favraud
Benoît Denolle & Antoine Molard

Parcours majeurs

9h30 – 12h00

- 1 -

Wushu sportif & traditionnel

Responsable : Benoît Denolle

Styles : Changquan, Grue de Shaolin, Hung Gar, Sanda, Armes.

Équipe pédagogique : Quentin d'Hainaut, Antoine M., Delphine Rizzardi, Mathieu Vignau-Lousteau.

- 2 -

Arts martiaux internes

Responsable : S. Renping

Styles : Taijiquan Yang & Wu Yuxiang, Bagua, tuishou.

Équipe pédagogique : Mee-Jung Laurent, Gautier Ravet, Su Renfeng, Stéphane Wellecan.

- 3 -

Qigong – Santé – Bien-être

Responsable : Marc Lebranchu

Styles : Qigong thérapeutique, Dawu, Respiration & visualisation

Équipe pédagogique : Huyen N'Guyen, Gautier R., Stéphane Trompé-Baguenard, Yvan Vélard.

Ateliers du midi

13h30-14h45

- Culture & diététique du thé (Emmanuel A. & Willy M.)
- Cours collectif de massage (Mathieu V.)
- Les temps de la réflexion (Delphine R.)
- Xiuzhentu (Marc L.)
- Calligraphie (Dai Jie)

Conférences (responsable : Delphine R.)

15h00 - 16h15

| | | |
|----------|--|-------------------|
| Lundi | Le corps taoïste en Chine et en France. Est-ce le même corps ? | David A. Palmer |
| Mardi | Posturographie & respiration. Le cas du Taijiquan | Willy Mangin |
| Mercredi | Le corps, voie d'accès au Dao | Marc Lebranchu |
| Jeudi | Utiliser la biomécanique pour améliorer les performances en wushu | Léo Bénouaich |
| Vendredi | Enseigner le Qigong dans les institutions de santé | Delphine Rizzardi |

Ateliers quotidiens (approfondissement 1h chaque jour toute la semaine)

16h30 – 17h30

| | | |
|--|--|--|
| Sabre – dao Frédéric Moizan | Qigong de la voix Zalie Bellacicco | Taijiquan Chen S. Renping |
| Préparation compétition Benoît D. & Antoine M. | Qigong & Hypnose Gautier R. | Coopération-Confrontation Multi-intervenants |
| Taiji de l'éventail – shan S. Renfeng | Roliball - Raquette yin-yang Stéphane T.B. | |

Assemblées villageoises

17h35 – 19h00

2 Ateliers thématiques chaque jour proposés par des Puits de savoir ! Par exemple : Applications martiales du Pakmei, du Kungfu au Taijiquan, scénographie du Kungfu, respiration, les appuis en wushu, Qigong des organes...

Kungfu Enfants & Ados (8-14 ans)

9h30 – 12h00 & 15h00 – 19h00

Responsable : Frédéric Moizan

- Bases du Wushu (Delphine R. & Antoine M.)
- Éducatifs et jeux d'opposition (Frédéric M.)
- Éventail, Roliball, jeux collectifs...
- Calligraphie & initiation au chinois (Dai Jie)

Ateliers du soir

20h30 – 21h30

- Combat souple & convivial (Mathias Cohen)
- Étirements & détente (Multi-intervenants)
- Les temps de la réflexion (Delphine R.)
- Espace bar musical (musiciens, contactez-nous)
- Cinéma (Frédéric M.)

Puis 2 soirées « Fest-noz » le mardi et le jeudi !

Réjouissances de clôture

vendredi 16 août

18h00 – 19h30

Démonstrations conviviales et cérémonie de clôture.

19h30 – ...

Barbecue & soirée festive.

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).

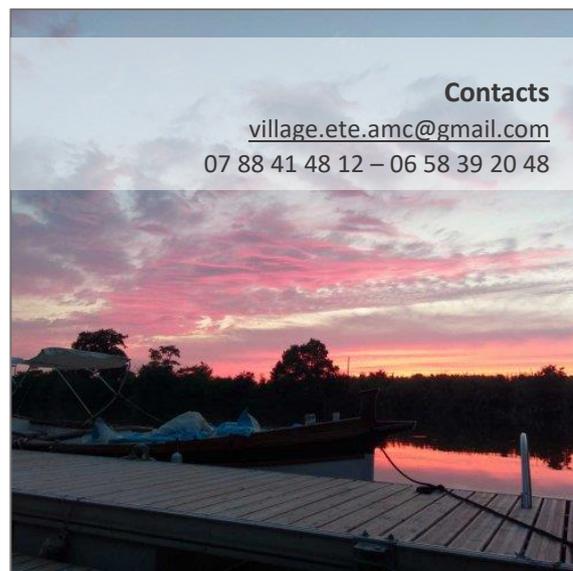
Il nous offre un **cadre serein et naturel propice à la pratique et à la convivialité** : hébergement et restauration, plusieurs salles et lieux extérieurs dédiés aux arts du corps et de l'esprit, deux piscines (dont une salée), des barques et des sentiers de balades.

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 sur la semaine pour l'hébergement. Nous contacter.

Familles & enfants : un groupe d'une dizaine d'enfants et pré-adolescents sera encadré les matinées (9h30 – 12h00) et après-midis (15h00 – 19h00), voir le programme. Hors de ces périodes, les mineurs sont sous la responsabilité des parents ou des accompagnateurs.

Adolescents autonomes (16-17 ans), nous contacter.



Contacts

village.ete.amc@gmail.com
07 88 41 48 12 – 06 58 39 20 48

Bourses d'étude 2024

Un nombre restreint de bourses est proposé pour soutenir des personnes méritantes et ayant des moyens financiers limités, sur recommandation de leur association ou de leur club. Voir en fin de dossier.

Planning & Aspects pratiques

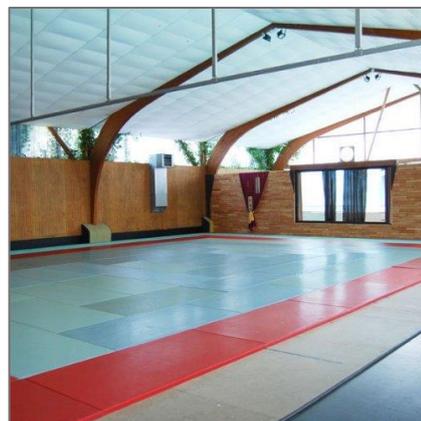
Des **co-voiturages** sont possibles pour se rendre sur place depuis votre région ou de la gare d'Agen (30mn). Faites-nous vos propositions ou vos demandes dans le formulaire d'inscription !

Arrivée & inscriptions : dimanche 11 août – 14h00 / 19h00 (dîner)

Enseignements : du lundi 12 matin au vendredi 16 août soir

Matériel : armes, matériel de *sanda*, éventails, coussin & plaid pour la méditation, anti-moustique, maillot de bain...

Départ : samedi 17 août (après le petit-déjeuner)



Inscriptions

Vous êtes invités à partir de cette année à réaliser votre [inscription en ligne](#) (frais pédagogiques, restauration & hébergement, autorisations...).

Pour de plus amples informations ou recevoir une fiche d'inscription PDF imprimable, veuillez écrire à village.ete.amc@gmail.com

Pour des informations sur le domaine, consulter le site internet : www.domaine-de-lemburun.com

Les tarifs 2024

Frais Pédagogiques

5 journées d'enseignements, environ 9h d'ateliers accessibles chaque jour.

Adulte plein-tarif 300 €/pers.

Réductions enfants, familles, club, abonnement Patreon : voir la fiche d'inscription.

Frais Restauration

Des buffets frais et variés du dimanche dîner au samedi petit-déjeuner

Adulte 235 €

Ado (12-15 ans) 170 €

Enfant (6-11 ans) 120 €

Frais Hébergement – 6 nuits

Des solutions d'hébergement multiples qui incluent l'accès à l'ensemble des infrastructures du domaine.

| LOGEMENTS | SANITAIRES | TARIF | ZONES |
|--|------------|-------------------------------|--|
| Camping : tente sans électricité | Collectifs | 75€/pers | Camping |
| Camping : tente avec électricité | Collectifs | 95€/pers | |
| Camping : camping-car (emplacement) | Collectifs | 130€/pers | |
| Chambre de 4 personnes (2 lits superposés) | Collectifs | 100€/pers | / |
| Lodge <u>Moana</u> (tente fixe avec 2 chambres de 2 lits chacune) | Collectifs | 130€/pers | <u>Moana</u> |
| Chambre de 2 lits simples | Collectifs | 190€/pers | Robinson / Pinède / Grange / Roland-Garros |
| Chambre de 2 lits simples | Privés | 237€/pers | Robinson / Pinède / <u>Kaviki</u> |
| Chambre avec lit double | Collectifs | 380€/chambre | Grange |
| Chambre en mobil-home hôtelier (2 lits simples) | Privés | 475€/chambre | <u>Moana</u> |
| Mobil-home familial <u>ou</u> chalet de 4 personnes, avec salon | Privés | 765€/chalet (191,25€/pers) | Futuna / Pinède / Bord du Lot |
| Chambre individuelle | Privés | 475€ | |

Si vous ne souhaitez pas loger au domaine, vous pouvez acheter une carte Issenji (50€) qui vous donnera accès aux infrastructures.

S'INSCRIRE EN LIGNE

Demande de Bourse pédagogique 2024

Un nombre restreint de bourses est proposé en partenariat avec le Domaine de Lembrun. Elles sont destinées à soutenir la participation de personnes méritantes et ayant des moyens financiers réduits, qui ne pourraient pas participer au Village d'été sans ce soutien et qui sont soutenues par leur association ou leur club.

Ces bourses sont ouvertes à des pratiquants de 16 à 77 ans sélectionnés sur la base d'une lettre de demande argumentée et motivée (1 page maximum) écrite par la personne concernée. Cette demande doit être réalisée en coopération avec un responsable pédagogique ou un élu de la structure de rattachement (association, club, école...). La demande sera adressée officiellement par e-mail et brièvement introduite (recommandation) dans le corps du message par ce responsable de structure.

Ces demandes doivent nous être adressées par e-mail, avant le 15 avril 2024. Elles seront étudiées les responsables pédagogiques du Village d'été et une réponse sera communiquée le 15 mai 2024.

L'évaluation de la qualité des demandes prendra essentiellement en compte les trois critères suivants :

- Les faibles revenus (critère « social ») ;
- L'effort technique et/ou pédagogique déployé lors du parcours ou pour mener à bien un projet ;
- Les qualités humaines et la capacité de contribuer à des collectifs.

Les lauréats bénéficieront de la gratuité des frais pédagogiques (équivalent à 300 €). Les frais de déplacement, de restauration (235 €) et de logement (camping, 75 € ou lit en dortoir de quatre personnes, 100 €) restent à la charge du boursier. Un cofinancement de la part du club et/ou d'une autre structure serait un plus lors de l'évaluation des demandes. Les boursiers des années passées ne sont pas prioritaires, mais peuvent renouveler leur demande sur trois années.

Document à fournir par e-mail à l'adresse village.ete.amc@gmail.com :

- Fiche d'inscription renseignée ;
- Justificatif de quotient familial de la CAF ;
- Lettre de demande argumentée et motivée, envoyée et introduite par un responsable de structure.

Date limite de candidature : 15 avril 2024.