

Programme de formation : professeur et professeur Élite en Qigong pour l'année 2020-2021



Professeur Lin Housheng
avec François Caron, devant la
plaque consacré au Taiji Qigong
Shibashi

Formation de base : professeur Taiji Qigong Shibashi 2020 2021 (samedi)

Cette année est enseignée la série 2 de Taiji Qigong Shibashi du professeur Lin Housheng. Comme pour la série 1, elle représente un ensemble équilibré de mouvements qui régule et renforce l'ensemble du corps. Elle explore cette circulation du Qi et du sang à travers les 14 méridiens principaux et révèle de nouvelles facettes de l'énergie et augmente sa compréhension.

On étudiera six séries thérapeutiques qui activent la circulation du Qi et du sang pour : l'hépatite, le diabète, les poumons, la tuberculose, l'obésité et l'estomac. Ils ont un rôle de renforcement et de prévention.

Nous acquerrons des connaissances de Physiologie chinoise correspondant aux six séries thérapeutiques.

Le renforcement du caisson abdominal, en lien avec le surpoids, le renforcement de l'énergie dans des postures immobiles Zhan Zhuang (se tenir immobile comme un arbre) ainsi que le Shaolin pour les organes et "l'épée volante" feront également partie intégrante du cours.

Formation de professeur Élite 2020 2021 (dimanche) Circulation & régulation du Qi et du sang

Nous explorerons la circulation du sang et de l'énergie pendant la pratique des mouvements thérapeutiques du Taiji Qigong Shibashi et l'apprentissage de six couples (7^{ième} AU 12^{ÈME}) de la série Élite, Jing Hua Ban, créée par le professeur Lin Housheng. Des exercices de Taiji à deux seront proposés pour ressentir physiquement les cinq mouvements Métal, Eau, Bois, Feu et Terre de la médecine chinoise.

La circulation du sang sera étudiée à partir de sa création, les os, et principalement les os de la colonne vertébrale en ressentant le mouvement de la moelle osseuse depuis le sacrum jusqu'au crâne. Le Qi produit monte dans les méridiens DuMai et redescend dans le RenMai qui régulent les 12 méridiens principaux.

La perception du mouvement du sang sera ressentie à travers la perception des battements du cœur et les pouls sanguins. On étudiera la physiologie chinoise du Foie, système Rate/Pancréas et les Poumons. On fera des méditations sur les couleurs qui stimulent l'énergie des organes ainsi que les sons de la gamme chinoise correspondant.



François Caron formateur officiel de professeur de Taiji Qigong Shibashi

Le professeur Lin Housheng, créateur du Taiji Qigong Shibashi, a formé, en cours particuliers, depuis plus de sept ans, François Caron pour qu'il enseigne la forme originale du Shibashi, dans toute sa richesse et sans déformations. Pour le Canada, l'institut National de Médecine Chinoise (Canada) inc. et son président François Caron sont les seuls représentants autorisés par le Professeur Lin Housheng à former des professeurs de Taiji Qigong Shibashi. Cet institut est une association à but non lucratif, reconnu comme organisme d'enseignement au Canada et des reçus aux fins d'impôts sont remis.

Les certificats et les diplômes de l'institut sont reconnus par le professeur Lin Housheng.

François Caron à la
conférence du professeur Lin
Housheng

Institut National de Médecine Chinoise (Canada) inc.

Dates, lieu et horaire

Les cours ont lieu au *centre Equilibrium* situé au 4812 Boul. St-Laurent, suite 101, Montréal, Qc.
Horaire : de 9h00 à 17h00.

Programme professeur de Taiji Qigong Shibashi

Samedi :

2020 _____ 26 septembre / 24 octobre / 14 novembre / 05 décembre

2021 _____ 09 janvier / 13 février / 13 mars / 10 avril / 08 mai et 12 juin

Programme de professeur Élite

Dimanche :

2020 _____ 27 septembre / 25 octobre / 15 novembre / 06 décembre

2021 _____ 10 janvier / 14 février / 14 mars / 11 avril / 09 mai / 13 juin, et 14-15 août

La formation Élite peut être suivi par ceux qui sont inscrit à la formation de professeur le samedi ou par ceux qui l'ont déjà complété



Contactez-nous : téléphone : **514-927-6696** courriel : **francescocaron@videotron.ca**