



Cycle d'étude et d'application de 6 stages :
« Les chemins vers l'Unité »

Trois formes et une unité de San Yi quan

18 ou 25 novembre 2018 **Hung Gar Quan** **Xavier Dumont**

Fil de fer, les 5 animaux, les 5 dragons.

... Quand le Dragon recentre les 5 animaux

20 janvier 2019 **Dao Yin Fa** **Georges Charles**

3 méditations – 3 foyers – 3 clartés.

... Le Cœur porte vers Tao

17 février 2019 **Tai Ji Quan** **Géry Delaunay**

8 portes 13 postures – harmonie entre Ciel et Terre.

... Recherche du centre dans le déroulement de la forme et les applications avec partenaire

24 mars 2019 **Tang Lang Quan** **Xavier Dumont**

2^{ème} forme de l'école : « bâton volant ». Equilibre/Déséquilibre.

... D'un point d'équilibre à un autre point d'équilibre axé entre Ciel et Terre

14 avril 2019 **Dao Yin Fa** **Xavier Dumont**

Kai men shi- Yi Yin Fa – Dao yin fa- Les dragons recentrent les 5 animaux dans les 5 palais.

12 mai 2019 **Xing Yi Quan** **Xavier Dumont**

Forme génératrice – Manifestation des 5 mouvements énergétiques.

Flux et reflux du centre vers la périphérie. Retour au centre...