



Maître Lü Baochun (1956 -) est une légende vivante des arts martiaux traditionnels chinois, disciple de certains des plus grands artistes martiaux du 20ème siècle. Maître Lü est internationalement reconnu pour sa profonde compréhension des principes et des applications du Taiji, pour son habileté au combat et pour l'explosivité et la puissance de son Bajiquan. Lü Baochun vit et enseigne depuis plus de quinze ans à Helsinki, en Finlande, où se trouve son école, "Baji Association".

Ce stage est le point de rencontre de deux des principaux intérêts martiaux de Maître Lü : le Bajiquan, tel qu'il l'a appris auprès des maîtres et combattants renommés **Zhang Xuchu** et **Han Longchuan** ; le Taiji style Chen, tel que le lui a enseigné le légendaire **Feng Zhiqiang**. Ces maîtres appartiennent à une génération qui fut peut-être la dernière à avoir produit, en Chine, un nombre aussi important de combattants extrêmement compétents, héritiers de l'esprit martial qui avait rendu les systèmes chinois de combat à mains nues fameux dans le monde entier.

Maître Lü Baochun a dirigé des dizaines de stages dans toute l'Europe, et sa maîtrise de l'anglais permet aux pratiquants d'arts martiaux traditionnels chinois d'appréhender le sens du "vrai kungfu"

Ce stage se déroulera en extérieur, au Jardin du Luxembourg, à Paris.

PROGRAMME

L'entraînement de Taijiquan portera principalement sur le travail interne des postures, du mouvement et du souffle, sur la base de la forme Yi Lu.

L'entraînement de Bajiquan portera principalement sur la petite forme, les quatre premiers jingang bashi et la manière de progresser de l'entraînement solo vers le combat.

Les entraînements auront lieu dans le coin "arts martiaux" du Jardin du Luxembourg (voir plan). Ils débuteront à 09h30 et dureront jusqu'à la pause déjeuner, à midi, avant de reprendre de 13h30 à 16h. Il y aura cinq heures d'entraînement par jour.

Le stage sera divisé en deux groupes : le premier se concentrera sur le Taijiquan, le second sur le Bajiquan. Maître Lü passera d'un groupe à l'autre au fil de la journée. D'une manière générale, Maître Lü s'occupera d'un groupe le matin, et de l'autre l'après midi.

Ceux qui voudraient n'étudier que le Taijiquan ou que le Bajiquan pourront continuer à s'entraîner sous la supervision d'élèves de Maître Lü, qu'il aura choisi et préparé pour cette tâche. Il sera aussi parfaitement possible de passer d'un groupe à l'autre au fil de la journée pour suivre ses propres intérêts, ou pour passer autant de temps que possible à s'entraîner directement avec Maître Lü.

Pour l'encadrement du groupe de taijiquan, Maître Lü sera assisté par **Jean-François Sturelle**, un de ses plus proches élèves en France. Jean-François s'occupera de la traduction de l'anglais vers le français, et dirigera l'entraînement quand Maître Lü sera occupé avec le groupe de bajiquan.

Pour l'encadrement du groupe de bajiquan, Maître Lü sera assisté par **Karl Miika Wikberg**, un de ses plus anciens élèves en



Finlande, qui sera aidé par **Paavo Heitanen**, professeur assistant à Helsinki, et par **Axel Maison-Sundby** pour la traduction.

Les tarifs seront un peu plus bas jusqu'au 1er juin, et augmenteront légèrement à partir du 2 juin. Pour bénéficier des tarifs réduits, veuillez vous assurer que votre paiement parvienne sur le compte bancaire de notre association avant le 2 juin. Notez que les virements bancaires peuvent prendre jusqu'à plusieurs jours, en fonction de votre banque et de votre pays.

Tarif réduit (jusqu'au 1er juin) :

3 jours : 120 euros / 2 jours : 90 euros / 1 journée : 50 euros

Tarifs à partir du 2 juin :

3 jours : 150 euros / 2 jours : 110 euros / 1 journée : 60 euros.

Formulaire d'inscription :

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSflbG0vT9QJc-dW0Nkjm7XNTlhpEGSfCYw2NJLkC26bSk9NKpw/viewform>

INFORMATIONS BANCAIRES :

Hun Yuan Tai Ji France
IBAN FR76 1820 6001 2165 0391 4765 815

Texte de référence : "Paris Seminar - day 1 & 2"

Axel Maison-Sundby
+33 6 86 69 52 42 / email : axel.ms@hotmail.fr

Jean-François Sturelle
+33 6 03 35 02 04 / email : jfsturelle@gmail.com

hunyuantaiji.free.fr
www.baji.info