

ADRESSES UTILES

ECOLE FRANCAISE DE TAIJI QUAN
BP 3002
49017 Angers cedex
Tél.: 41-43-67-40

FEDERATION FRANCAISE DES TAI CHI
CHUAN TRADITIONNELS
30 rue de Richelieu
BP 55301
75028 Paris cedex 01
Tél.: 42-86-91-88

COLLEGE EUROPEEN DES
ENSEIGNANTS DU YANGJIA MICHUAN
TAIJI QUAN
c/o Michel Douiller
82 rue du Moulin Vert
75014 Paris
Tél.: (1) 45 39 04 29
Fax : (1) 45 42 34 80

AMERICAN WEST YANGJIA MICHUAN
TAIJIQUAN ASSOCIATION (AWYMTA)
Sam Tomarchio, président
535 Liberty St. #203
El Cerrito, CA 94530, USA
Tél.: 510 527 2058

FEDERATION SUISSE DE TAIJI QUAN
(FST)
Luc Defago, président
87, Bd Carl-Vogt
1205 Genève
Tél. + Fax : 022 321 40 40

THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN
ASSOCIATION INT'L (TAIWAN)
87-1 Chungching North Road, Sec. 1
10F, Taipei, Taiwan, Rep. of China
Tél.: (02) 555-7890 ou 556-5797
Fax : (02) 881-2981
Contact : Wang Yen-nien

THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN
TEACHERS' ASSOCIATION INT'L
(TAIWAN)
87-1 Chungching North Road, Sec. 1
11F, Taipei, Taiwan, Rep. of China
Tél.: (02) 555-7890 ou 556-5797
Fax : (02) 881-2981
Contact : Wang Yen-nien

THE YANGJIA MICHUAN TAIJIQUAN
CLUB OF SOUTH AFRICA
18, Kidbrooke Place
P.O. Box 801, 7200 Hermanus
Rép. d'Afrique du Sud
Tél.: (0283) 61842
Contact Maureen Poole

楊家秘傳太極拳會



*Amicale du Yangjia
Michuan taiji quan*



Bulletin n° 15
février 1994

楊家秘傳大極拳聯會

Amicale du Yangjia Michuan Taiji Quan

Le mot du président

Notre rencontre annuelle de l'Amicale en novembre fut un succès puisque un peu plus de 90 personnes y prirent part. Le magnifique site montagnard annécien et la bonne organisation de l'ATCHA, l'accueil du relais du soleil, toute la bonne humeur des participants créèrent une excellente ambiance. Dans ce bulletin, vous pourrez en lire un compte rendu, ainsi que celui de l'assemblée générale avec les comptes d'exploitation. Vous verrez que l'Amicale se porte bien, se développe et que sa situation financière est saine. Je vous signale l'adhésion d'une nouvelle association nommée "Ginseng" née le 8.1.94 à Alès. Dans la foulée, je veux ici féliciter au nom de l'Amicale Jean Paï, heureux Papa d'un premier fils, nommé Nicholas, né le jour de la fête de la Fédération Française des Taiji Quan traditionnels. A n'en pas douter un futur taijiquaniste !

La fête de la FFTCCT (Fédération Française des Tai Chi Chuans Traditionnels) fut un franc succès. Du monde et beaucoup de démonstrations et une formule appréciée de pouvoir pratiquer le Tuishou avec tout un chacun avant les conférences qui ont clos la journée.

La Fédération Suisse de Taiji Quan, créée le 29 août 1993, a organisé une rencontre à Lausanne au Musée Olympique certes plus modeste, mais qui permit un premier contact d'associations de styles divers et des démonstrations fort appréciées des visiteurs du musée et de son personnel. Il n'y a pas eu de représentant officiel du Comité Olympique à cette journée. Si la Chine voudrait voir figurer le Taiji Quan comme discipline olympique, tel ne semble pas la voie prise actuellement, puisque le CIO ne désire pas augmenter le nombre de disciplines olympiques de compétition mais au contraire les diminuer. Le Taiji Quan pourrait être une discipline de démonstration ou amener une autre voie qui lui serait propre. Deux articles parus dans le bulletin d'information de la Fondation Ling à Lausanne font le point sur la question.

Je vous rappelle que les *Rencontres de Jannières* de cette année auront lieu les 29-30-31 juillet et que les organisateurs attendent vos suggestions d'ateliers : écrire à l'association WuDang du Mans ou à Alain Legodais. Un article dans ce bulletin vous présente l'organisation des Rencontres de Jannières, comment cela fonctionne, etc.

A Zürich, en Suisse, le 30 août 1993 a eu lieu la première compétition européenne de Taiji Quan et Tuishou. Dans ce bulletin, vous lirez également le résultat de la 1ère compétition nationale de Hollande à Amsterdam et l'annonce du prochain (6ème) championnat britannique de Tuishou.

Vous lirez également un mot de Maître Wang Yennien à propos des livres, ainsi que des articles divers sur le Taiji Quan que je vous laisse le plaisir de découvrir. Bonne lecture, mais aussi bonne écriture !

J'attends vos articles, longs ou courts, je suis pour.

Luc Defago

Bonjour !

Je suis une fidèle lectrice du bulletin, j'ai beaucoup de plaisir à le lire, à trouver des textes que vous avez écrits, concernant des choses qui sont importantes pour vous. Quand je dis "vous", je pense à vous tous, qui pratiquez le même taiji que moi et qui comme moi vous posez plein de questions et aimez partager vos réflexions avec d'autres.

Or figurez-vous que la lecture du dernier bulletin (le n°14) m'a rendu triste. Je me suis retrouvée devant plusieurs textes écrits par des inconnus, sans explication du pourquoi on avait choisi ces textes et pas d'autres. Je me sentais seule devant mon bulletin, qui tout-à-coup était devenu un objet étranger...

Alors je lance un appel !

S'il-vous-plaît, lorsqu'un texte vous semble intéressant et que vous voulez le faire paraître dans le bulletin... joignez-y un petit mot, même tout petit, qui nous dise pourquoi vous désirez partager ce texte avec nous. Et si vous pouvez nous dire un mot sur l'auteur, c'est agréable aussi. Comme ça, je ne me sentirai plus seule devant le texte.

Pendant que j'y suis, je lance un deuxième appel : pourquoi ne prendriez-vous pas vous-mêmes la plume ? Allons, allons... nous, les lecteurs, vous promettons que nous ne vous jugerons pas !

Ca serait bien si ce bulletin pouvait jouer le rôle de lien entre nous, qu'il soit vivant, plein de nouvelles de tout le monde... J'espère que vous partagez mon souhait et qu'il vous paraît aussi tout-à-fait réalisable.

Je me réjouis de vous lire !

Valérie Oppel



**Nouvelles du Collège européen
des enseignants du
Yangjia Michuan Taiji Quan**

par Lucienne Caillat, de Genève

LE STAGE

Le stage, organisé par Michel Doullier, s'est déroulé à Châtenay, au sud de Paris, les 24 et 25 septembre. Il était programmé un vendredi et un samedi pour que le dimanche on puisse aller à la fête de la Fédération française de taiji traditionnel.

Le vendredi le groupe a travaillé avec Claudy Jeanmougin sur le thème "point pivot, point levier" dans les applications et le tuishou. Le samedi, d'autres enseignants nous ont rejoints, et nous étions une vingtaine à étudier avec Luc Defago une partie des applications du 2e duan. En dehors des ateliers nous avons pratiqué assidument.

Ces rencontres se veulent un lieu d'échange, où les enseignants exposent leurs expériences et sont ouverts à la discussion.

Deux stages sont prévus chaque année, au printemps et à l'automne; l'endroit convient très bien : localisation facile à atteindre depuis Paris - prix modeste - logement, repas, salles et espaces verts à disposition. Diverses propositions d'atelier sont à l'étude : 3e duan, applications des 13 postures, respiration, etc.

UN SOUHAIT : QU'IL Y AIT DAVANTAGE DE PARTICIPANTS !

Pour entrer au Collège il faut faire preuve d'un certain niveau et être parrainé par deux membres.

Le Collège va publier prochainement un premier cahier technique, qui sera consacré aux causeries de Maître Wang lors du stage de Mulhouse (traduction de Sabine Metzlé, mise au net par Henri Mouthon).

LA FETE

Le dimanche, nous nous sommes rendus à la fête de la Fédération française de taiji traditionnel; elle avait lieu dans une salle de sport

Compte rendu des compétitions.

En Hollande, à Amsterdam, le Stichting Taiji Quan a organisé le 21 novembre 1993 la première compétition nationale de Tuishou.

Résultats communiqués par Serge Dreyer :

- 1er de la catégorie 60-70 Kg : Alain Lelarge de l'Association de Taiji Quan Wudang France, Le Mans. Il affronta 3 Anglais et 4 Hollandais.

- 2ème chez les femmes derrière une Hollandaise de talent : Pascale Pla de l'Association de Taiji Quan Wudang France, Le Mans.

Beau tournoi pour ces Monceaux dont c'était la première compétition.

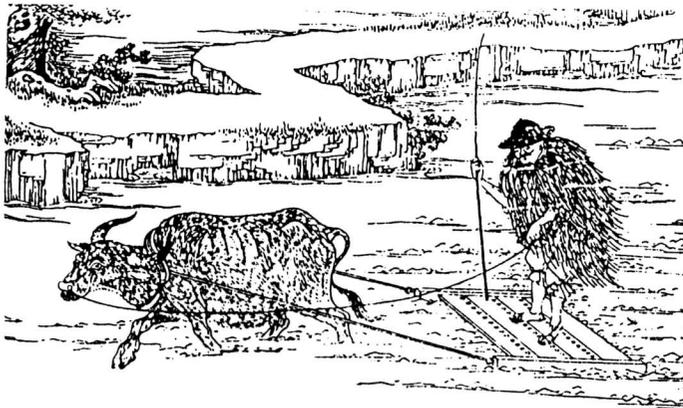
D'après Epie Van Der Pol, l'un des organisateurs de cette manifestation, celle-ci fut un succès au-delà de leurs espérances, puisqu'environ 90 compétiteurs participèrent aux compétitions de forme, d'armes et de Tuishou.

Serge Dreyer.

En Suisse, à Zürich, le 30 août 1993 a eu lieu la première compétition européenne de Taiji Quan et Tuishou. Cette compétition était organisée par Luc Théler de l'organisation Wudang d'Allemagne. Les juges étaient : Wang Fengming de Pékin, un chinois de Hollande : D.F. Christanto (qui est arbitre certifié), un chinois de Finlande : Lie Haishen, un hollandais : Jan Silberstorff et une femme : Birgit Bushmann. Président du Jury : maître Feng Zhi Qiang, représentant le style Chen.

De l'avis général, le niveau du Tuishou fut très bas et ressemblait plus à la foire d'empoigne. Il se pratiquait sur une plate-forme circulaire, qui ne nécessitait qu'un arbitre par plate-forme, mais elle est potentiellement dangereuse (blessures, chutes sur son bord, etc.). A mon sens, les compétitions de Tuishou devraient se dérouler sur un sol égal. En Angleterre, celles-ci se déroulent également sur plateforme mais pas à Amsterdam.

Luc Defago
d'après le magazine DAO
Allemagne.



avec des gradins, pleine à craquer. Elle commençait en fanfare par un spectacle de dragons chinois.

Des spectateurs attentifs suivaient les évolutions de divers groupes de taiji - quatre ou cinq démonstrations avaient lieu en même temps, c'était très intéressant, on s'y retrouvait parce que les élèves avaient en général le costume de l'école. Certains professeurs faisaient une démonstration en solo. Les différentes écoles venaient surtout de Paris, mais aussi de Marseille ou d'autres villes. Elles étaient simplement nommées quand elles commençaient, mais il n'y a avait ni commentaires ni musique.

Le Yangjia Michuan fit une démonstration improvisée d'éventail, de tuishou et de bâton.

En dehors des formes de taiji se référant à un maître chinois, il y avait des formes dites "libres", dans lesquelles on pouvait voir notamment une recherche de thérapie personnelle. Il y avait aussi quelques formes de qigong. Un maître chinois, invité pour l'occasion, était particulièrement impressionnant.

Ce qui m'a sidéré, c'est de voir tous ces gens regarder sans broncher pendant des heures un spectacle lent en silence - bien sûr il s'agissait pour la plupart de pratiquants, mais cela démontre qu'il y a vraiment un intérêt de plus en plus vif pour le taiji.

En fin, last but not least, nous avons fait honneur à la cuisine chinoise ! car nous étions dans le 13e arrondissement, un des quartiers chinois de Paris, avec des restaurants alléchants à tous les coins de rue. C'est dire que le déplacement vaut la peine !

FEDERATION FRANCAISE DES TAI CHI CHUAN TRADITIONNELS
F.F.T.C.C.T. 78 RUE DE RENNES 75006 PARIS TEL 45 43 03 96



Un stage avec Patrick Kelly

Un air nouveau

C'était un stage de tui-shou (poussée des mains) qui eut lieu à Genève les 4 et 5 décembre 93, avec des pratiquants de tous niveaux et de formes différentes. J'ai envie de vous parler de ce stage car il m'a enrichi et m'a posé (me pose encore) bien des questions !

Patrick Kelly, qui avait été invité par Mac et Mario, est néo-zélandais, il pratique le taiji avec assiduité depuis 20 ans, son maître est mort l'an dernier, il s'appelait Huang-Shen-Shyan (élève de Cheng-Man-Ch'ing). Patrick a fondé une école de taiji dans son pays, qui fonctionne avec des enseignants qu'il a formés, voyage beaucoup en Europe pour y donner des stages.

Vous dire encore que la pratique du tui-shou n'est pas quelque chose de facile pour moi et que de nombreuses craintes y sont associées (peur de la violence ou de la rapidité de l'autre, des affrontements d'ego, peur de vraiment pousser l'autre, etc). Or avec Patrick j'ai eu du plaisir. Beaucoup de plaisir à naviguer dans un air nouveau, au-delà des différences de formes, dans une ambiance de recherche, d'écoute, et d'observation très fine de son propre corps.

La détente

Patrick nous a proposé plusieurs exercices visant à une meilleure détente, au niveau des épaules et du bassin surtout, le défi étant de pouvoir pratiquer le tui-shou en restant tout-à-fait détendu !

Se crispier, travailler force contre force, pousser en utilisant son propre poids, adopter des positions très enracinées mais rigides... tout cela n'est pas la tasse de thé de Patrick.

L' idéal du corps qu'il nous a proposé se réfère au monde des liquides; lorsqu'ils se déplacent c'est en faisant des mouvements en forme de vagues.

Souvent nous sommes souples pour absorber, puis rigides pour pousser. Or la poussée aussi devrait être une vague. La force vient de la terre, monte, fait bouger le bassin, passe par les épaules et les coudes, puis arrive dans les mains; les mains devraient bouger en dernier, dans le tui-shou comme dans la forme.

On ne peut obtenir des mouvements en forme de vagues que si l'on est détendu.

Cette détente est bonne pour la santé, pour le corps et l'esprit, pour l'énergie, pour la pratique et du tui-shou et de la forme.

Chercher le cercle

Dans ma tête, faire du tui-shou, cela consistait en deux actions : absorber puis repousser, dans un mouvement aller-retour, arrière-avant...

Avec Patrick, tout s'arrondit, il s'agit de recevoir la force de l'autre, de la lui renvoyer en recherchant la circularité. Chercher la parfaite continuité entre absorber et repousser, faire la chasse aux cassures, aux rigidités. Tout devient un seul mouvement, un cercle.

A ce sujet, Patrick nous dit qu'il a observé la même chose dans presque toutes les écoles de taiji : d'abord on pratique des exercices donnés, qui apprennent comment absorber, puis on passe tout de suite à la poussée libre, ce qui rend difficile de faire le lien entre absorber et pousser.

Pour mieux nous faire comprendre cette notion de continuité, il nous a présenté son concept de tui-shou à trois temps:

- 1) céder
- 2) neutraliser
- 3) extérioriser.

Céder (en anglais : *yielding*)

C'est accepter d'aller dans la direction où l'autre me pousse - même plus : je l'y emmène, en avançant légèrement l'intention de l'autre, qui a ainsi l'impression de tomber dans le vide.

Lorsque je cède, j'inspire et c'est cette inspiration qui crée le vide.

Neutraliser (*neutralizing*)

C'est le mouvement qui va annuler la force de l'autre, la dévier. Après avoir "bougé avec", cette fois j'emmène l'autre ailleurs. C'est le moment du fameux "sinking" dont je parlerai plus loin.

Je commence l'expiration.

Extérioriser (*issuing*)

Je ne suis pas sûre de la traduction et mon dictionnaire reste muet sur ce verbe. On pourrait peut-être dire "mener à terme", "jaillir" ou "exprimer l'énergie". L'expiration continue, je commence à pousser, mon poids se porte progressivement sur la jambe avant en passant par le bas  ; ainsi, sans que je doive pousser vers le haut, l'autre se sent soulevé du sol par ma poussée.

La qualité de cette poussée (fluidité, efficacité) va dépendre de mon mouvement de hanche : je dois réussir à pousser en relâchant l'articulation de la hanche de la jambe arrière, et non pas en dépliant le genou. Si je le déplie, ma poussée est rigide et orientée vers le bas.

Inutile de vous dire que je me sentais totalement débutante lorsque j'essayais d'observer le mouvement de ma hanche !

Et cette impression de transgresser un interdit quand je sentais le poids de mon corps arriver sur la jambe avant...

Lorsque je regardais Patrick pousser, j'avais vraiment l'impression de voir une pure illustration de "un minimum d'énergie pour un effet maximum".

"Sinking"

Littéralement, c'est "couler" comme le bateau qui a fait naufrage. On pourrait dire "s'alourdir", "s'enfoncer", "descendre".

C'est le moment où le poids du corps arrive sur une jambe qui se plie. Ce devrait être une parfaite relaxation, on se vide du souffle, tous les muscles se détendent, l'esprit se vide, on laisse la force s'échapper du corps.

Dans toutes les formes, le moment de la fin de l'expiration devrait correspondre à la position la plus forte. Lorsqu'on expire, on se détend de plus en plus et l'on devient de plus en plus fort.

C'est en s'appuyant sur ce concept que Patrick opte pour une poussée qui se fait toujours en pliant la jambe arrière - ce qui n'est pas le cas dans notre forme.

Pas de conclusion

Voilà... C'est difficile de vous faire vivre un stage que vous n'avez pas fait ! Difficile de parler de quelque chose qu'on n'a pas eu le temps de comprendre en profondeur.

Pendant le stage Patrick a fait plusieurs fois allusion au travail de l'esprit (intention, non-intentionnalité, expansion, faire le vide, etc), et ce qui m'a frappé c'est que pour lui ces notions semblent très claires, sans mystère. Petites fenêtres sur un pays où nous n'avons pas eu le temps d'aller nous promener...

C'est bien de se confronter à la nouveauté; ce qui est plus difficile, c'est de trouver comment intégrer ces nouveaux concepts, jusqu'où les appliquer, quelles limites donner à la petite révolution interne du moment !

Pratiquer, pratiquer, pratiquer, et chercher la qualité : voilà ce que je me dis !
Et vous ?

Bienvenue aux Etats-Unis !

Stage de taiji à Washington D.C., 4 et 5 septembre 1993

Mes souvenirs me ramènent souvent aux merveilleuses vacances que j'ai passées aux Etats-Unis cet été.

Christophe Lephay et moi partîmes pour les USA, où nous fûmes chaleureusement accueillis par Michael Basdavanos, son amie Colette Thomas et Christian Bernapel, à Dallas, aéroport de Washington D.C.

Bien sûr, nous dûmes d'abord passer par les formalités du "check out" aux guichets de la douane.

- Que venez-vous faire aux USA ?
- Ah... Du taiji... Un art martial... intéressant...
- Le maître de taiji fait le voyage de Taiwan aux USA ? Très bien !
- Et alors comme ça vous venez d'Europe ?
- Combien de temps allez-vous rester... si court ?
Wow !
- OK
- Vous pouvez y aller. Bon séjour !

Michael nous amena à bon port à bord de sa voiture, chez l'un de ses amis, où Christophe fut hébergé, puis chez Colette, à Washington D.C., où j'ai dormi.

J'étais tellement surprise qu'il fasse si chaud à Washington ! Dans la voiture, à la maison... partout l'air conditionné; c'est ça la vie américaine !

Au début je ne cessais de me répéter : "Je suis en Amérique, wow !".

Pendant mes vacances là-bas, j'ai pris conscience de la gentillesse des Américains et de leur hospitalité.

Jeudi et vendredi, Christophe et moi visitâmes la ville, les musées énormes et les galeries.

Samedi 4 septembre, je vis Maître Wang et Julie Fairchild son

accompagnatrice, tous deux ayant amené avec eux beaucoup de "ji" (chi), c'était super !

Le thème du stage était les *shi san shi* (les 13 postures). Je suis toujours fascinée par l'enseignement de Maître Wang, tellement clair. Après ce stage de deux jours, j'avais l'impression que nous (tous les participants - environ 80 personnes) avions reçu tout ce dont nous avons besoin pour pratiquer le taiji !

Certains d'entre nous n'avaient jamais pratiqué la forme Yangjia Michuan auparavant.

Samedi soir il y eut un dîner avec Maître Wang, sa femme et Julie.

Je crois que ce fut là le "lieu de naissance" d'une idée de Christian et de Michael : organiser **un stage international de taiji en Grande-Bretagne**, pour toutes les personnes qui pratiquent la forme Yangjia Michuan.

Nous sommes tous invités à participer à son organisation ! Que penseriez-vous d'un château, et d'un fantôme du taiji, qui arriverait à minuit pour nous dire à tous un grand bonjour ?

Dimanche en fin de journée, nous avons tous travaillé dur et je suis sûre que vous êtes d'accord avec moi quand je dis : "Une fois de plus, c'était génial de travailler avec Maître Wang !".

Je ne veux pas manquer de vous transmettre à tous les salutations de Michael Basdavanos, Scott Rodell et Robert Politzer !

Maintenant les amis, me voilà de retour en Europe pleine de "ji".

Je vous envoie beaucoup d'énergie pour l'hiver à venir.

Bâle, le 17.11.93

Christine

traduction : Valérie

Cours d'été au jardin des bastions

Tous les jours devant le mur des réformateurs, nous pouvions matin et soir, pratiquer le Taiji-Quan (forme Yang) avec des enseignants formés par Luc Defago.

Il y avait également un autre groupe qui, contrairement à nous, exerçait la forme Chen; cela nous a évidemment permis d'échanger des idées et de comparer nos points de vue à propos de nos styles respectifs.

Cette pratique estivale s'est avérée fort agréable, grâce en particulier à une très bonne entente entre les participants, mais aussi, et ce n'est pas négligeable, à un ciel clément sans lequel rien n'eût été possible.

Nous faisons les exercices de base qui sont non seulement un travail préparatoire et d'échauffement, mais qui servent aussi à renforcer le corps; puis ensuite nous travaillions en alternance "le chant des treizes gestes" ou "les duans".

Parallèlement à tout ceci, j'ai eu envie de commencer l'épée quelques semaines avant l'été; cette discipline découlant du Taiji-Quan, je pensais avoir une certaine facilité à m'adapter au maniement de cette arme.

C'est donc tout naturellement que, lorsque l'occasion s'est présentée, je me suis lancée corps et âme dans cette nouvelle pratique.

Malheureusement j'ai vite réalisé que, n'étant qu'une novice en matière de Taiji-Quan, mes connaissances ne me permettaient pas encore d'appréhender avec aisance le maniement de l'épée.

L'art de ressentir l'énergie de son corps lors de l'exécution des mouvements et de contrôler son équilibre dans l'espace est déjà une longue initiation; c'est pour cette raison que fin août, j'ai décidé de me consacrer exclusivement à la pratique du Taiji-Quan et de reporter mes débuts à l'épée, jusqu'au moment où je me sentirait prête à conjuguer ces deux disciplines.

Pour terminer, je souhaiterais remercier tout particulièrement les enseignants ainsi que tous les participants pour ce formidable été 93.

Camille Jaquet

Remerciements de Maître Wang Yen-nien

Les membres de l'Amicale ont commandé avant leur parution 265 livres à Maître Wang. Une telle demande n'était pas attendue à Taiwan d'où une très grande satisfaction pour Laoshi de voir l'intérêt qui est porté et à son travail et au style qu'il propage.

Maître Wang a demandé que soit remerciés tous les membres de l'Amicale "*pour le dur travail qui est fait pour la promotion du YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN et pour le soutien de cet art traditionnel*".

Actuellement Maître Wang travaille sur les trois autres volumes de la série de quatre dont le premier est déjà édité. Un deuxième volume est prévu pour la pratique de l'éventail, un troisième sur les applications et un quatrième sur le Neigong. Souhaitons que l'épée ancienne fera l'objet d'une publication.

Dans le prochain bulletin, nous introduirons un article de Laoshi sur son voyage en Chine Continentale, ainsi qu'un article de Julia sur ce même voyage. Ce dernier article est illustré de photos dont l'une nous présente la fille de Zhang qinlin.

Par cet article, nous apprendrons que le style du YANGJIA MICHUAN TAIJI QUAN n'a plus été enseigné en Chine Continentale après la Révolution Culturelle. A partir de cette période, il semblerait que Zhang Qinlin n'ait enseigné que le style aux 81 gestes. Il mourut en 1976. Nous devinons l'émotion de Maître Wang quand il a su que son Maître vivait encore à quelques heures d'avion de lui...

Aujourd'hui, notre style n'est plus pratiqué en Chine Continentale. Nous avons donc au sein de l'Amicale une grande responsabilité pour préserver un style en continuant le travail de Maître Wang Yen-nien.

Claudy Jeanmougin

PRESENCE DES REPRESENTANTS DES ASSOCIATIONS

Onze représentants ont assistés à l'AG :

- Individus
- ATCHA
- ATJWDF (Le Mans)
- INPACT
- ARCHIPEL
- ART DE VIE
- ATParis
- CULTURE ET LOISIRS
- ATJQ de CAEN
- AGT - ART (Suisse)
- ATA

SEANCE OUVERTURE PAR LE PRESIDENT Luc DEFAGO

I- RAPPORT MORAL

Les Activités de l'exercice de l'année 1993 comprennent:

* Bulletins :

Appel aux Associations à encourager leurs membres à fournir des matières pour nourrir les bulletins. Rappel du but principal des bulletins , faire circuler les informations, et parmi celles ci les listes des stages des diverses associations font encore défaut.

* Le livre de Maître WANG (nouvelle édition) est arrivé, prêt à être envoyé de Taiwan avec un délai d'expédition de 2 mois.

Le prix par livre est de 350 FF majoré de 10 FF pour les frais bancaires.

* La préparation de la rencontre de l'Amicale 93, à Annecy organisée par ATCHA, est un succès.

* Points divers.

II- RAPPORT FINANCIER

(Trésorier JEANMOUGIN Claudy)

Le Bilan de l'année 92-93 est équilibré (détails des chiffres à afficher)

Résultats des Comptes

Adhésions 93 s'est révélée supérieure à celles de 92.

Quitus : rapport financier voté à l'unanimité de voix.

III- BUDGET 1994

Budget prévisionnel (rappel du solde 17000 FF)

* Editions des bulletins Info :
Prévisions de deux parutions des listes de stages, d'hiver et d'été: avis aux diverses associations d'envoyer leur liste sans tarder à l'Amicale. Souhaits de parutions d'articles portant davantage sur la vie associative.
Le Président propose de limiter l'envoi d'un bulletin pour 10 adhérents au lieu de 5 adhérents, proposition votée et acceptée à raison de 7 voix pour et 4 abstentions.

* Réalisation de la Plaquette (projet lancé en 91)
La commission chargée de ce projet (M. Douilleq, C. Jeanmougin, H. Mouthon), propose et présente à l'AG une maquette comprenant 8 pages en couleurs avec un texte de base: Le contenu :

- couverture avec reproduction d'un graphisme
- sommaire
- explication de l'Amicale YangJiaMiChuan
- Introduction de Maître Wang
- Schéma de la filiation du YangJia
- Relations Collège-Amicale (pour le développement du style)
- Adresse des associations enseignant ce style.

Rappel du but de cette plaquette:

- présenter le style YangJiaMichuan, un style parmi d'autres de taijiquan.
- faire connaître l'ensemble des associations pratiquant le même style à ceux qui ne le connaissent pas.
- insister sur la notion de filiation qu'il ne faut pas perdre de vue dans la pratique d'un art martial.

Le débat fut très animé et long, plusieurs intervenants ont exprimé leur critique ou ont fait remarqué certaines lacunes. A l'issue de ce débat, il a été décidé d'envoyer des photocopies des sommaires de la plaquette maquette aux associations qui devront les retourner à l'Amicale en faisant préciser leurs suggestions et critiques afin de faire avancer le projet.

Prière à chaque association d'indiquer le nombre de plaquettes qu'elle commande.
Etant donné le coût de cette plaquette, de l'ordre de 3,90 FF l'unité pour une commande de 2000 pl. et 2,06 FF pour 3000 pl., il convient de satisfaire au mieux les aspirations des différentes associations. Le budget prévisionnel pour cette opération se situe autour de 2000 FF.

IV- COTISATIONS 94

* Afin de faciliter le travail de l'Amicale, nous espérons que les cotisations se fassent d'ici la fin de l'année.

* le maintien inchangé de la cotisation a été voté à raison de 10 voix pour et une abstention.

V- RELATIONS AMICALE - COLLEGE

Elles sont excellentes. Remercions le secrétaire du collège, Michel DOUILLET (Paris) pour son travail. Le président rappelle à l'AG le rôle du collège qui est de transmettre et améliorer et diffuser la connaissance du style YangJiaMiChuan dans le monde. Le collège prévoit 2 ateliers par an. En mars l'AG du collège se réunira pour faire le point sur les nouveaux membres. Noël 1994, projet de stage à Taiwan de 10 jours.

VI-BULLETINS

Rappelons l'envoi désormais d'un bulletin pour 10 adhérents. Les textes et articles sont les bienvenus. Privilégier la vie associative afin de susciter de nouvelles vocations de " poètes ".

VII- BATONS

Serge DREYER (Le Mans), est en relation avec un ébéniste qui pourrait construire une perche (2,40 m) dont le coût est évalué entre 200 à 300 FF; un devis peut être demandé pour une perche vissée en 2 ou 3 partie. Le Bang (baton court) est également prévu. (A suivre)

VII- TEE SHIRTS

La commission chargée de l'élaboration d'un T. Shirt avec le logos de l'Amicale, a un peu trainé et a été encouragée à reprendre le projet; il est vrai qu'il y a d'autres impératifs plus urgents. Valérie OPPEL se charge de faire parvenir une offre écrite avec dessin aux associations. Les commandes seront à grouper comme pour les livres et les plaquettes.

VIII- POINTS DIVERS

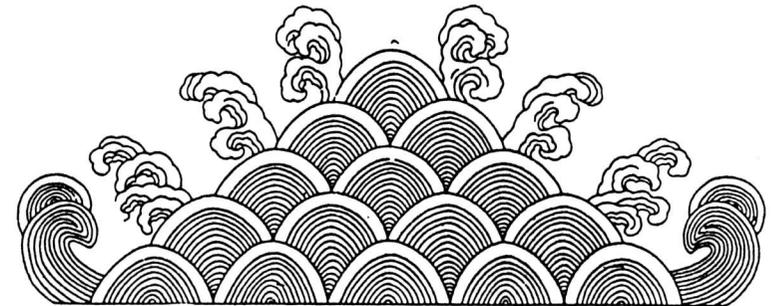
* Un questionnaire sera envoyé à chaque association, faisant préciser les annonces des stages, afin de mieux classer les diverses infos.

** Prévision d'une Rencontre MONDIALE pour l'été 1995, en Angleterre patronnée par Maître Wang avec des ateliers animés par les professeurs, pour une durée d'une semaine. Le séjour sera éventuellement prolongé de 2 à 3 jours de stage réservé aux professeurs.
Les divers intéressés actuels, Robert POLITZER (USA) Peter (UK), Amicale (Europe), et futur, Julia FAIRCHILD ? (Chine), vont se concerter pour ce projet. En ce qui concerne l'Amicale, une commission a été votée comprenant , BERNAPEL Christian, MOUTHON Henri, METZLE Sabine, WENSEL Ronald, DEFAGO Luc, et DOUILLET Michel. Cette commission va se mettre à travailler pour ce projet ambitieux et prometteur.

* REVUE de l'Amicale :

La parution du premier numéro commence à voir le jour, puisque les textes des articles sont prêts. Il ne reste plus que sa gestion. L'AG a voté pour une création d'une association autonome de l'Amicale, qui se chargera de la gestion de la revue. Cette association comprend une équipe rédactionnelle comportant 6 personnes (S. DRYER, S. METZLE, C. BERNAPEL, C. JEANMOUGIN, L. DEFAGO, F. GARTMANN) L'équipe de rédaction définira les statuts de l'association.

* Candidature pour l'organisation de la prochaine Rencontre de l'Amicale 94; Jean Claude TRAP (Mulhouse) s'est déjà proposé avec Strasbourg. Avis à d'autres candidatures. DERNIER DELAI 30 MARS 1994***



VOTE POUR LE RENOUELEMENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

La liste des noms suivante a été voté à l'Unanimité par l'AG. D'abord par un premier vote d'accord sur le choix de la liste complète (par simplification de la procédure) puis par un deuxième vote d'acceptation de cette liste : en tout 11 membres élus à l'unanimité :

- * REGNIER Bernard (Dijon)
- * DELHOMME Christian (Strasbourg)
- * GARTMANN Félix (Suisse)
- * DREYER Serge (le Mans)
- * JEANMOUGIN Claudy
- * DEFAGO Luc (Suisse)
- * MOUTHON Henry (Annecy)
- * SCHÖSSELER Francois (Le Mans)
- * METZLE Sabine (Paris)
- * VALLOTTON Zouzou (Suisse)
- * THEOLLEYRE Arlette (Chambéry)

APRES DELIBERATION DU NOUVEAU C.A., élection du Bureau:

Vote à l'unanimité pour

* la reconduction aux postes respectifs de Président et de Trésorier, Luc DEFAGO et Claudy JEANMOUGIN.

* Vice Président : Claudy JEANMOUGIN.

* Le poste de Secrétaire revient à Francois SCHÖSSELER.

PS : malgré le dynamisme dont l'Amicale fait preuve jusqu'à présent, il est regrettable de constater que les membres du bureau se renouvellent difficilement par manque de volontaires. Pour ce mot de la fin on ne peut donc qu'espérer pour le prochain Conseil d'Administration de nouvelles volontés afin de préserver le dynamisme de l'Amicale.

Secrétaire de séance.

COMPTES DE RESULTAT AU 31 OCTOBRE 1993

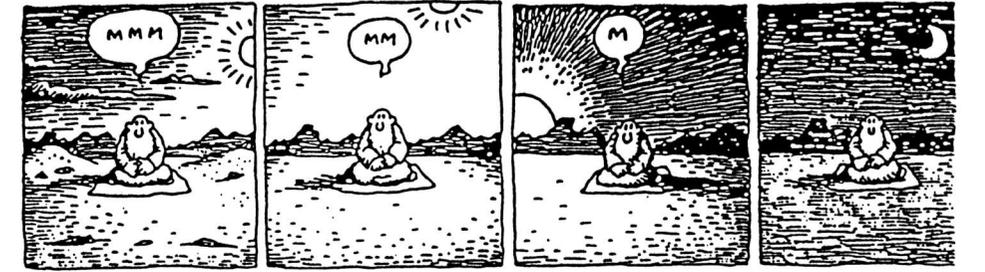
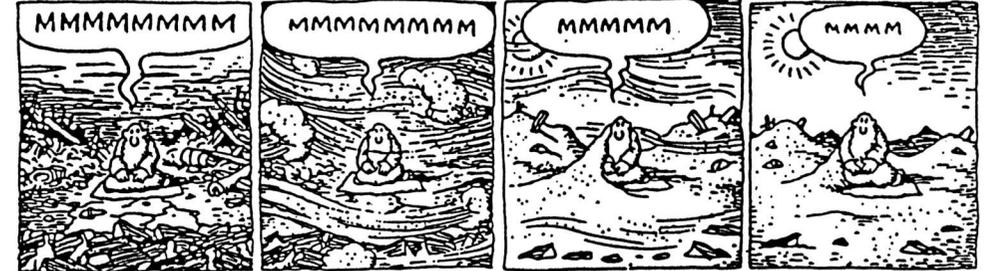
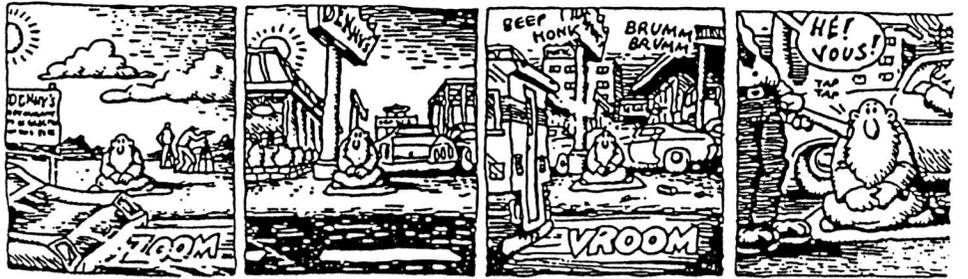
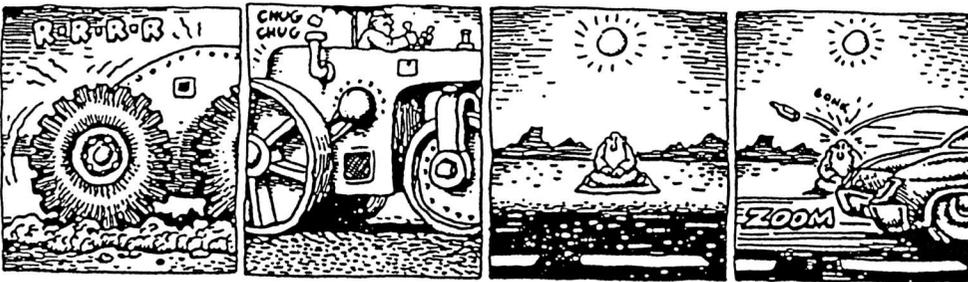
	dépenses FF		recettes FF
<i>DEPENSES</i>		<i>RECETTES</i>	
Stage LA FOULY	32'604.00	Stage Maître Wang	3'114.00
Frais financiers	1'024.70	Stage LA FOULY	33'130.40
FDDG	3'488.50	Adhsions 92	100.00
PTT	1'831.25	Adhésions 93	13'240.00
Bulletins	8'563.20	Bulletins	100.60
Livre WANG	16'000.00	Livres WANG	16'800.00
SOLDE	2'973.35		
	66'485.00		66'485.00

BILAN AU 31 OCTOBRE 1993

	débit FF		crédit FF
<i>DEBIT</i>		<i>CREDIT</i>	
Immobilisations, report 91	90.00	Report 1992	19'966.33
CCP à Angers	7.93		
Banque en FF	15'290.40	Solde bénéfice	2'973.35
Solde caisse FF	5'573.90		
Solde caisse sfr	1'977.45		
	22'939.68		22'939.68

RAPPORT FINANCIER

Claudie JEANMOUGIN, responsable de la trésorerie Amicale, a présenté les comptes à la place de Félix GARTMANN. Après les questions d'usage sur les comptes de gestion, le bilan a fait apparaître un solde créditeur de 2'973.35. Les richesses de l'AMICALE, en dehors de 90.00F (action SADEL, société de fourniture en papeterie), se résument aux seuls comptes financiers : 22'849.68. La situation financière est donc saine.



La poussée des enfants à l'INPACT

(Texte écrit à l'occasion de l'Assemblée Générale de juillet 1993)

Christophe LEPHAY

Je serai bref sur la *présentation* de cet *Eveil aux Arts Martiaux Chinois pour enfants* car rien ne vaut mieux qu'une démonstration par les acteurs eux-mêmes . Et justement, les enfants s'y préparent avec enthousiasme pour les prochaines Portes Ouvertes INPACT, qui auront lieu sans doute en octobre-novembre . En quelques mots, les enfants s'éveillent donc au Gong Fu Wu Shu et au Taiji Quan .

Dans le premier, art martial externe, dans le sens dynamique et formel, leur imaginaire et leur grande faculté d'imitation sont sollicités à travers le jeu des cinq animaux et la libre composition . Les gammes que constituent les techniques de base essentielles leur permettent de cultiver la patience et la persévérance .

Le Taiji Quan, art martial interne est abordé sous l'aspect ludique du Tui Shou ou poussées des mains . Ils y développent l'écoute corporelle de la sensation tactile du plein et du vide . Le pouvoir de la relaxation et de la concentration prennent ici tout leur sens .

Enfin, afin de globaliser l'enseignement de ces arts de longue vie, un *éveil aux notions élémentaires de secourisme* est assuré par le Docteur Chantal Bousquet .

Un peu d'histoire ...

Ce cours d'Eveil aux Arts Martiaux Chinois pour enfants est le fruit d'une *rencontre* heureuse entre Christian Bernapel et moi-même à l'INPACT . Le premier souhaitait ouvrir l'association aux enfants, souffre extraordinaire et le second cultivait un désir latent de transmettre aux enfants un trésor : la passion pour les Arts Martiaux Chinois . La chance m'était offerte d'honorer ainsi mes professeurs : Christian Bernapel et François Tran Thanh et de perpétuer ainsi la transmission de ces Arts de Vie . Grâce à cette rencontre et à la confiance accordée par l'association, ce cours a vu le jour il y a maintenant 2 ans .

Après un démarrage un peu difficile au niveau des effectifs et du lieu de pratique, le cours est sur la bonne voie puisque cette deuxième année s'est épanouie avec 14 enfants motivés et dans une salle agréable : la salle des fêtes de l'Ecole Sainte-Clotilde .

Au bout de ce petit parcours de 2 ans en compagnie des enfants, j'aimerais leur tirer un chapeau car j'ai beaucoup appris à leur contact .

En effet, pour mobiliser la formidable vitalité qui est en eux, une condition essentielle est de se mettre à leur écoute . Ainsi, j'ai constaté la puissance bénéfique de la valorisation des qualités de l'enfant avant de relever et d'améliorer ses points faibles .

Ils m'ont également appris qu'il était primordial de créer un contact grisant entre l'enfant et l'animateur grâce aux démonstrations . Le regain d'attention obtenu sur tous les camarades parle tout seul .

Enfin, chaque rencontre hebdomadaire me rappelle que tout l'Art de ce cours est de leur proposer en alternant douceur et fermeté des lignes directrices de travail, tout en m'adaptant sans cesse à leur état d'attention .

Je vous donne donc *rendez-vous* aux *Portes Ouvertes* INPACT de l'Automne . Cela sera une très bonne occasion de rencontrer les enfants de l'INPACT et pour eux, de découvrir que l'Association est une grande famille .

Taijiquan olympique? J.-L. Chappelet

Il y a un an, à l'occasion du centenaire de l'appel de Coubertin pour la rénovation des Jeux antiques, je proposais d'associer le taijiquan aux Jeux de l'an 2000 pour lesquels Pékin était candidate. Finalement ces olympiades iront à Sydney, en Australie, au grand dam des dirigeants chinois.

Entre-temps s'est créée la Fédération Suisse du Taiji, à l'image des fédérations qui existent dans d'autres pays, notamment en Chine et à Taïwan. La voie est claire : il s'agit d'institutionnaliser le taiji pour en faire un jour - qui sait - une discipline olympique, comme le judo l'est depuis les Jeux de Tokyo en 1964 et comme le karaté et le taekwondo voudraient bien l'être. Mais le taiji est-il un sport? Selon Donald Guay (*in* «La culture sportive», PUF, 1993), le sport est caractérisé par six dimensions: l'activité physique, l'amusement, la règle, l'esprit, l'enjeu et la compétition. Sans entrer dans les détails, on voit que le taiji satisfait bien aux quatre premiers critères, mais pas aux deux derniers : il n'est pas compétitif et ne soulève aucun enjeu particulier.

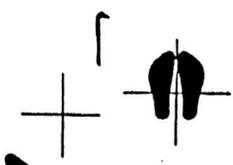
Des «combats» de taiji sont bien parfois organisés pour plaire à l'Occidental. Pourtant le «shadow boxing» reste une activité dont les pratiquants ne remportent de victoires que sur eux-mêmes. On pourrait bien sûr imaginer, comme pour la gymnastique artistique, des classements à base de points attribués par des juges. Les tortures et les dangers pour leur santé endurés par des gymnastes de plus en plus jeunes ne font pas souhaiter une telle orientation au taiji. Il me semble plus important de préserver son esprit participatif et non compétitif.

Ne vaudrait-il pas mieux organiser, à l'instar des Gymnasiades qui se déroulent régulièrement en Suisse, des Jeux du Tao : de grandes démonstrations de masse pacifiques et fraternelles? A cet égard, la journée du 17 novembre n'est peut-être qu'un début.

[J.-L. Chappelet, membre de la Fondation Ling est l'auteur du livre «Le Système olympique» (PUG).]

Journée Taijiquan à Lausanne, pendant la Semaine Olympique. Luc Defago, président de la Fédération Suisse de Taijiquan

Le 17 novembre, 13h, les étendards blancs du Musée Olympique claquaient à la bise d'Ouchy. Les participants aux démonstrations de Taiji Quan ont dû bien faire circuler leur Qi. La toute jeune Fédération Suisse de Taiji Quan, fondée le 29 août dernier, organisait une journée Taiji Quan dans le cadre de la semaine Olympique des écoles Lausannoises. A la Riponne, balayée par le vent, les passants ne s'arrêtèrent guère pour voir le ballet au ralenti des groupes de dix personnes portés par le souffle, attisant leur feu sacré du Dantian. Venus du Tessin, de la Chaux-de-Fonds, de Neuchâtel, de Berne, de Genève, de Lausanne, de Bex et du Valais, tous ces Taiji Quanistes ont eu beaucoup de plaisir à se retrouver à Lausanne pour pratiquer ensemble, échanger et faire mieux connaissance. Les démonstrations à St François ont attiré l'attention de nombreux passants qui ont pu dialoguer avec les participants et s'informer sur le Taiji Quan. Les démonstrations se sont poursuivies au Musée Olympique avec deux groupes d'enfants de 4 ans à 8 ans venus de Genève, de la Maison de Quartier de Plainpalais. Sur les tatamis installés dans le hall d'entrée du Musée, les enfants ont présenté leur travail d'assouplissement, des exercices au sol et des mouvements d'attaques et de contre-attaques d'Aïkido, dont les origines viennent du Taiji Quan. Isidoro Li Pira de Carabbia a fait une démonstration époustouflante du style *Chen*, bondissant sur le parvis entre la flamme et un arbre centenaire, profilé sur fond de lac argenté. Les spectateurs ont pu voir plusieurs des styles: *Yang, Wu, Chen* et le style combiné. Les Neuchâtelois ont fait



une très belle démonstration en carré, chacun des quatre participants se mouvant dans une direction opposée en synchronisant ses mouvements avec les autres. Le bouquet final a réuni les démonstrations d'épée, d'éventail, de perche et même de flûte, toutes écoles ensemble.

A 17h, Luc Defago, président de la Fédération, a ouvert la conférence à l'auditorium du Musée Olympique en présentant la Fédération et ses buts, et en parlant des pratiques de compétition de Taiji Quan. Le Dr Alain Mayor, psychiatre et enseignant de Taiji Quan, a présenté le Taiji Quan et sa philosophie, mettant l'assistance en garde de la contradiction que représente la compétition de Taiji Quan. En deux mots, si la devise olympique est «*citius, altius, fortius*», celle du Taiji Quan est «*citissimus, altissimus, fortissimus*». Le Dr Gérard Salem, psychiatre et président de la Fondation Ling a exposé brièvement le projet thérapeutique CORALING, une recherche-action de la Fondation Ling visant à réduire les problèmes de dépendance (aux drogues, à l'alcool, aux institutions, etc.) par la pratique du Taiji Quan. Ce projet est déjà adopté par plusieurs institutions psychiatriques dans les cantons du Valais et de Vaud, et ses premiers résultats sont encourageants.

Les conférences ont été suivies d'un film vidéo dans lequel deux enfants de 8 ans présentaient un travail de *San Shou* ou séquences d'attaques et d'esquives non programmées d'avance, toutes en douceur et en rondeur, sans force contractée. On a pu voir également des exercices de *Tuishou* (ou poussées des mains) et leurs règles d'arbitrage en compétition.

A 18h 30, une verrée offerte par le Musée Olympique a réuni tout le monde dans une chaude ambiance. A 19h30 les participants ont terminé la journée par un festin au grill chinois YLY, de Lausanne, «stamm» des membres de la Fondation Ling.

Extrait de : LA
LETTRE (Bulletin d'information de la
6 193 Fondation Ling)
par: Luc Defago

PRINCIPES DU WUSHU CHINOIS

Par WU BIN

WU BIN est né dans la province de ZHEIJANG, diplômé de la faculté des sports spécialité WUSHU de l'institut d'éducation physique de Beijing en 1963, et il est devenu enseignant de wushu à l'école des sports de Pékin. En 1974 il fût désigné pour l'organisation des équipes de Wushu de Pékin, et il entraîne celle-ci pendant 10 ans. LI LIANJIÉ, LI ZHIZHOU, HAO ZHIHUA et LI XIA sont tous ses étudiants.

WU mena l'équipe de wushu pékinoise 10 fois championne. En 1984, il lui a été attribué la médaille d'honneur des sports par la commission d'état, de la culture physique et des sports, et le premier prix pour son exceptionnelle contribution au comité des sports de Pékin.

WU BIN a voyagé aux USA, Canada, Japon, Mexique, aux philippines et en Russie, donnant des conférences sur le wushu. WU est le président du comité technique de fédération asiatique de wushu et directeur de la section enseignement et recherche de l'institut de recherche de wushu de Chine.

I - CONCEPT

Le wushu (aussi connu comme kung fu ou arts martiaux) est une des démonstrations de la culture traditionnelle chinoise. C'est un sport utilisant à la fois les muscles et le cerveau.

La théorie du wushu est basée sur la philosophie classique chinoise, tandis que les pratiques du Wushu consiste dans la variété des formes de combats.

Le wushu n'est pas seulement un exercice sportif mais aussi une forme artistique.

Il est utilisé comme moyen de guérison de maladie aussi bien qu'en auto défense.

C'est une forme globale d'approche du corps humain.

Le wushu a une longue histoire et une grande popularité en Chine.

Grâce à son exclusivité et son charisme issus de la culture orientale traditionnelle, le wushu captive l'attention de plus en plus de peuples d'autres nations.

II - CARACTERISTIQUES

En tant que discipline ancienne et durable, le wushu a développé ces propres caractéristiques au cours du temps. Les principales :

1) En intégrant les différences de culture, d'idéologie, de région et d'utilisation le wushu s'est développé dans une **grande variété d'écoles et de styles.**

Pendant que certaines écoles mettent l'accent sur l'utilisation des poings et des techniques de mains, d'autres favorisent les techniques de jambes et de coup de pied.

Certains s'intéressent à la variation des mouvements, d'autres préfèrent la simplicité.

Certains privilégient les combats à distance et d'autres en corps à corps.

L'éventail d'écoles et de styles met en évidence l'originalité des traits du wushu et satisfait les différents besoins des peuples.

2) Le wushu utilise plusieurs armes.

Les vieux chinois nommaient les instruments du wushu les "18 armes" mais ils en employaient bien d'autres. Presque tous les combats sont armés d'un type ou d'un autre.

La combinaison des combats à main nue et armés permet une application plus ample et plus efficace des techniques de wushu.

De ce fait la compréhension et le contrôle du combat entraînent un perfectionnement et un enrichissement du programme des exercices de wushu.

3) la combinaison de l'attaque et la défense est l'essence du wushu.

Les implications de l'attaque et de la défense se retrouvent dans dans tous les exercices du wushu. Ils sont évidents autant à travers les simulations que les véritables combats.

Même la pratique individuelle implique une atmosphère d'attaque et de défense contre un adversaire imaginaire dans le temps et dans l'espace.

Des maîtres du wushu ont établi une série de théories de techniques à propos du combat en étudiant les contradictions de l'attaque et de la défense.

4) La seule démonstration externe du wushu se manifeste dans le mouvement du corps humain.

Cependant cette pratique n'est nullement limitée à ce mouvement externe, et vise également à la démonstration du tempérament interne de l'attitude mentale, et du potentiel de l'être humain.

L'exercice du wushu fortifie non seulement les os et les muscles, mais aussi les organes internes et l'intelligence. Chaque forme du mouvement de la main, de l'oeil, du corps ,

et du pied exige la coordination.

Le wushu met l'accent sur le fait que l'esprit dirige la circulation du souffle à l'intérieur du corps et que cette circulation génère la force externe.

Ainsi est mise en oeuvre la combinaison des forces externes et internes.

L'un des buts importants du wushu est la régénération du souffle dans le corps afin d'améliorer les structures internes de base.

5) Les applications ingénieuses du souffle substantiels et insubstantiels sont incorporées au niveau des mouvements et des forces de wushu.

Alors que le déplacement et le repos sont alternés, la douceur et la dureté se complètent, mettant en valeur l'expression artistique et le caractère pratique du wushu, ainsi que sa nature équilibrante et holistique.

Une fois mis en action, les mouvements peuvent être tout aussi rapides et énergétiques qu'un coup de vent, alors qu'au repos le corps semble aussi solide qu'une montagne. Les coups durs ressemblent au tonnerre et aux éclairs, tandis que les coups exercés en douceur sont comme la brise qui caresse délicatement les brindilles d'un saule pleureur.

Les capacités et les sentiments humains sont clairement exposés à travers les mouvements rythmiques d'ouverture et de fermeture, et les émotions sont réveillées par les exercices variés.

III - FONCTIONS

Le wushu jouit de fonctions variées, dont les plus importantes sont :

1) Formation du sens moral

En tant que pratique humaine qui met l'accent sur la formation du caractère moral et de l'esprit et du tempérament, le wushu est favorable au développement des bonnes manières et conduites.

La pratique aide également à l'ajustement de la psychologie personnelle.

Ces caractères moraux sont fort-estimés par toute école des maîtres de wushu.

2) Attaque et défense

Les pratiquants du wushu peuvent maîtriser des techniques variées d'attaque et de défense dans les situations de combat armé ou non armé.

Un grand nombre d'exercices d'entraînement vise les techniques d'auto-défense, qui peuvent éventuellement être utilisés dans les programmes d'entraînement militaire et policier.

3) Effet curatif

Le taiji quan, l'une des écoles traditionnelles de la boxe simulée, et les différents exercices en position d'enracinement mettent l'accent sur la coordination de la respiration, de la pensée, et de la psychologie.

Il a été prouvé que les exercices ont des effets curatifs et réhabilitatifs chez les personnes souffrant de maladies chroniques de divers genres.

Puisque les exercices tendent au renforcement de la coordination du corps humain et de l'immunité de celui-ci, ils sont favorables à la prévention et à la guérison des maladies.

4) Amélioration de la santé.

La pratique des exercices et des enchainements du wushu aide à l'amélioration de la souplesse des articulations,

du dos et des jambes.

La génération de l'énergie, les sauts et les changements de posture contribuent à la force de l'homme et à la rapidité du mouvement.

Ainsi le wushu peut être considéré en tant qu'exercice de base pour d'autres activités sportives.

5) Effet artistique

Le déplacement gracieux du corps, et surtout le charme typiquement oriental révélés dans la pratique du wushu, ont un effet artistique impressionnant à travers le spectacle visuel.

Les pratiquants peuvent bénéficier sur le plan mental tout autant que sur le plan physique dans les démonstrations des potentialités et techniques d'attaque et de défense utilisés.

6) Intelligence

En s'appuyant sur le développement de l'habileté physique, le wushu met l'accent également sur l'exercice de la pensée.

A travers l'ajustement des différentes fonctions vitales, cette pratique améliore le système nerveux et stimule ainsi son développement intellectuel.

IV Un bref aperçu du développement du wushu

Le wushu trouve ses racines dans les activités humaines de production, de survie, de santé et de prospérité.

Au temps primitif, les outils de production étaient simples et rudimentaires ; le niveau des forces productives était limité.

Puisque les animaux sauvages représentaient une menace importante aux humains, l'activité de chasse en

groupe s'est avérée une nécessité pour l'auto-défense et pour l'acquisition de la nourriture.

Les activités de chasse aidaient non seulement au développement de l'intelligence et de la morphologie mais aussi à celui des techniques d'affront armé ou non armé en utilisant des armes simples ou des mouvements tels que : taper, esquiver, sauter, trancher, tailler, pousser, poignarder et lancer.

L'outil le plus simple et primitif est le gourdin, qui était facile à trouver, préparer et employer.

Avec les améliorations dues à l'utilisation réelle et l'arrivée de la métallurgie, les matériaux employés dans la fabrication des armes a changé de la pierre au métal. Ainsi la lance, l'épée et la hache ont été ajoutées à la série d'armes du wushu.

A ces débuts, le wushu était pratiqué pour l'auto-défense et ainsi il permettait de survivre.

A ce moment là, il n'était pas intentionnel ni planifié ou organisé comme un sport.

Avec l'évolution de la société et le développement des activités économiques, scientifiques, culturelles qui devenaient de plus en plus prospères ; de nombreuses personnes ont modifié le wushu en plusieurs styles.

Au temps des dynasties MING et QING (1368-1911) les structures de base du wushu furent élaborées.

traduction B. Picuard.

A PROPOS DE LA RENCONTRE DE L'AMICALE A ANNECY AU MOIS DE NOVEMBRE ...

Tout d'abord un tout grand bravo aux organisateurs et hôtes de ce séjour. Accueil chaleureux, endroit sympa avec vue sur le lac, nourriture " non-carnivore " et lieux de pratique nombreux, aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur. Soirée disco " remember ma jeunesse " et une A.G. qui a élu un nouveau comité et réelu le président, Luc Defago !

Quant à la pratique elle-même, que dire de plus que merci à vous tous d'exister ! Sacré cadeau que ces rencontres. On se sent un peu comme dans une bulle gonflée d'énergie et de générosité de la part des enseignants qui se sont donnés à chaque atelier, nombreux chaque jour. Possibilité d'approfondir les exercices de base, les 13 postures, les duans, les armes et le Tui Shou. Que demander de plus ? Et le fait de pratiquer avec toute sorte de gens, aère l'esprit et permet de voir différents aspects et ouvertures du Tai Chi Chuan. Quant à l'ambiance, on peut dire qu'on a bien ris... !

Alors, à l'année prochaine, que je vous souhaite déjà pleine de joie et de pratique enrichissante.

Zouzou

ANNECY - NOVEMBRE 1993

Les rencontres de l'Amicale sont dorénavant inscrites dans la vie de notre style. La présence de presque 90 personnes malgré l'éloignement du lieu est la preuve tangible que l'idée de Franck Béalet était bonne, et que ce rassemblement répond bien à ce besoin de se retrouver de temps en temps entre pratiquants, entre amis aussi puisque c'est une bonne occasion.

Ceux qui n'ont jamais assisté à nos rencontres ne peuvent pas imaginer comment elles se déroulent. La question est souvent posée de savoir ce que l'on fait et comment cela se passe. Par ces lignes je voudrais apporter les réponses à ces questions.

Il faut tout d'abord savoir que l'organisation locale est dévolue à une association qui prend en charge toute l'intendance pour assurer le meilleur accueil. La gestion demeure le fait de l'Amicale et l'association qui accueille ne fait aucun bénéfice financier (ni perte d'ailleurs). Elle en retire une notoriété dans notre style et beaucoup de désagrément car il n'est pas toujours facile de vouloir satisfaire le plus grand nombre. Il reste toutefois pour le staff la satisfaction d'avoir réalisé un évènement qui continuera de se propager aussi longtemps qu'il y aura de bonnes volontés. Ajoutons à cela que les animateurs des ateliers sont entièrement bénévoles et qu'ils paient comme tout le monde leur quote part de participation aux frais d'hébergement et de restauration ainsi qu'aux frais divers de gestion de la rencontre, l'ensemble de ces frais constituant le net à payer par participant.

~ Nous devons percevoir dans ces rencontres plusieurs grands moments:

. **les retrouvailles entre amis:** nous nous sommes rencontrés en diverses occasions mais tout au long de l'année nos multiples activités ne nous permettent pas de nous revoir, alors le rassemblement de l'Amicale, à date fixe chaque année (le 11 novembre), nous fait cocher cette date sur nos agendas en pensant à ces amis que nous allons retrouver.

. **Les échanges techniques:** la formule ateliers permet à chacun de choisir d'une part ce qu'il désire approfondir au niveau technique et d'autre part de découvrir un animateur autre que son enseignant habituel.

. **La rencontre de personne connue par oui-dire:** rien ne vaut son expérience personnelle dans la connaissance des autres; en novembre il est possible d'échanger avec un pratiquant (enseignant ou non) dont on a entendu parler. Parfois les surprises sont très agréables et ds amitiés se forment alors que tout pouvait faire penser le contraire. La magie de ces rencontres s'exprime aussi par ces faits simples mais chaleureux.

. **La possibilité de s'exprimer:** les animateurs des ateliers sont tous à la même enseigne. Il n'y a plus de professeur attiré mais le compagnon de pratique qui fait partager à d'autres ce qu'il sait. Mieux encore de jeunes pratiquants motivés par l'enseignement peuvent trouver là une occasion pour faire leurs premiers pas avant de se lancer seul dans leur région.

. **L'Assemblée générale de l'Amicale:** comme dans toute association, l'Assemblée Générale est l'instant où chacun peut exprimer librement ses opinions et faire part de ses idées pour faire avancer les différents projets en cours, ou tout simplement pour faire des propositions ou suggestions.

. **La Fête:** le pratiquant de Taiji quan n'est pas un "constipé invétéré". Au Yangjia Michuan Taiji quan nous avons une palette de bons vivants qui sont à la gloire de notre style. Une petite fête est toujours libératrice ce qui explique que notre style réunit des gens qui sont pour la grande majorité de bons compagnons. Il faut avoir vu maître Wang Yen-nien danser le rock and roll pour se rendre compte à quel point son humanité le met à la portée de tous.

. **Réunion des Membres du Collège des enseignants:** le secrétaire du Collège des enseignants ne manque pas le rendez-vous de novembre car il sait qu'il retrouvera des membres; alors pourquoi ne pas en profiter pour faire une réunion? Pourquoi ne pas saisir cet instant pour écouter de nouvelles recrues? L'ambiance générale se prête bien aux échanges divers.

En ce qui concerne les ateliers de pratique nous devons être plus explicites car c'est vraiment une caractéristique de ces rencontres par son aspect tout à fait informel. Le mieux est de décrire les étapes marquantes du séjour pour donner une idée générale.

Jour -1

Le séjour commence par le dîner. Ceci permet aux personnes venant de loin de disposer de leur journée sans perdre une seconde des rencontres. Le soir, les gens se retrouvent ou font connaissance. Tous les problèmes d'intendance peuvent aussi être résolus

L'Association qui organise assure un Accueil pour se mettre à la disposition des stagiaires: règlement des frais, mise à disposition des chambres, etc.

Puis c'est le dîner, bien mérité après une journée de voiture ou de train.

Jour 1

À l'aube, exercices de base et séquence pour se mettre en route avant le petit déjeuner.

Au petit déjeuner il y a la mise en place des ateliers de la journée.

Les ateliers de pratique.

Les ateliers de pratique sont mis en place chaque matin au moment du petit déjeuner. Nous procédons de la façon suivante:

. Nous décidons du nombre de créneaux horaires (en général nous prévoyons deux créneaux le matin et deux ou trois créneaux l'après-midi de 1 heure à 1h1/2).

. Puis, en fonction du nombre de personnes, on détermine un nombre d'ateliers de façon à ce que les groupes soient d'une quinzaine de personnes.

. Ceci étant établi on trace sur un tableau une grille qui fait apparaître des casiers qui correspondent aux ateliers par créneau horaire. Et dans un premier temps l'on fait appel à propositions d'ateliers. Les stagiaires proposent des activités concernant notre style: Shi San Shi, ou 1ère partie de la 3ème séquence, ou éventail, ou Tuishou, etc. Ces différentes activités sont inscrites dans les cases du tableau au fur et à mesure des propositions. Quand toutes les cases sont pleines, on passe à l'étape suivante.

. L'étape suivante consiste à faire appel à l'animateur des ateliers. Place est laissée aux "jeunes" enseignants ou futurs enseignants. Les "vieux" viendront compléter les cases restantes.

. Le tableau complété se présente comme celui de la page ci-contre.

Notez bien que nous nous arrangeons pour que les débutants aient toujours accès à un atelier de leur niveau.

Exemple des activités du Vendredi 12 novembre 1993

	9h30-10h30	10h45-11h45	15h00-16h00	16h30-17h30
1	EXERCICES DE BASE Jean-Claude	2ème DUAN Applications François	TUISHOU Christian	TUISHOU François
2	1er DUAN Sabine	SHI SAN SHI Christian	3ème DUAN 1er tiers Bernard	1er DUAN Claudy
3	2ème DUAN 1ère moitié Christophe	2ème DUAN 2ème moitié Christian	EVENTAIL Lucienne	3ème DUAN 3ème tiers Jean-Claude
4	3ème DUAN Christian	EPEE ANCIENNE Sabine	EPEE Débutants Sabine	EVENTAIL AVANCES Christian

Le soir est consacré soit à des réunions (dont l'Assemblée Générale) soit à une petite fête pour marquer l'évènement du séjour.

Selon le lieu où l'on se trouve, un atelier "découverte" est organisé. A Oberaslach, ce fut une découverte de la flore locale avec un spécialiste de la région. En Suisse, une promenade en montagne a fait l'objet d'un atelier. Nous n'oublions pas que le Taiji quan tient compte de l'environnement et que sa découverte peut faire partie intégrante de la discipline.

Quelques consignes aux associations qui veulent recevoir les Rencontres de l'Amicale.

1. Faire la proposition avant le 31 mars au Président de l'Amicale.
2. Le Conseil d'Administration fait un choix parmi les propositions et avertit l'Association concernée.
3. L'association organisatrice retient les locaux et prépare la publicité en relation avec l'Amicale qui transmet l'information à l'ensemble des membres par courrier direct et par la voie du bulletin.
4. L'Amicale assure la gestion de la Rencontre; elle débloque une enveloppe pour permettre à l'Association organisatrice de

faire face aux premiers frais.

5. L'Association organisatrice assure l'Accueil en relation avec un membre du CA de l'Amicale de façon à pouvoir régler les litiges sans qu'elle soit mise en cause. En effet, certains participants pourraient croire que l'Association organisatrice est responsable de la manifestation alors qu'en fait c'est l'Amicale.

A propos des tarifs.

. Il faut éviter de faire un service à la carte car c'est multiplier les malentendus et les mécontentements: Nous conseillons quatre types de tarifs:

- un tarif pour le séjour en pension complète;
- un tarif pour le séjour en demi-pension;
- un tarif à la journée en pension complète;
- un tarif à la journée en demi-pension.

. Il y a toujours des cas particuliers... Ceux-ci se traitent sur place sans qu'une règle générale soit prévue. Mais il faudra toujours s'arranger pour que les cas particuliers puissent rentrer dans les règles générales.

. Le détail des prestations ne doit pas apparaître dans les tarifs. Ceci pour éviter une contestation possible dans le cas où l'un des participants n'utiliserait pas toutes les prestations et trouverait donc normal qu'il lui soit remboursé des sommes équivalentes à cette prestation.

. Un tarif pour les enfants peut être prévu si l'occasion se présente; dans ce cas il faut prévoir une personne pour garder les enfants pendant les heures d'activité.

. Dans le tarif de base, nous prévoyons toujours une marge pour faire face aux imprévus. S'il n'y a pas d'imprévus, cela demeure au bénéfice de l'Amicale. Notez que jusqu'à ce jour l'Amicale n'a jamais été déficitaire dans la gestion de cette manifestation.

Pour finir, je dirai que l'association ATCHA nous a parfaitement bien reçus dans un cadre splendide. Il n'y a rien eu à dire sur l'organisation et l'accueil a été très bien mené.

De grands merci à toute l'équipe d'Annecy!

Et aux prochaines rencontres.

Claudy Jeanmougin

RENCONTRES JASNIERES 93

par

Claudy JEANMOUGIN

Pour la deuxième fois depuis leur création, je me suis proposé comme animateur de ces rencontres en me demandant bien ce que j'allais faire là-bas. Mais mon désir d'assister à cette manifestation était trop fort, ma curiosité plus grande encore, j'y allais donc avec l'espoir de retrouver des "têtes" connues, c'est-à-dire celui de me retrouver au milieu d'autres personnes de ma connaissance pour éviter d'être trop isolé.

En arrivant sur place, le terrain de camping municipal, je tombe sur des anciens, fidèles aux rencontres, Jacques et Jeanine étaient là, à attendre la venue des participants en prenant leur dîner sur la pelouse du camping. C'était de bon augure, ce qui me mit dans d'heureuses dispositions pour trouver un coin tranquille durant ce court séjour que je partageais avec ma famille.

A la nuit tombante, une promenade aux alentours me fit rencontrer quelques personnes de connaissance. Toutes des fidèles de Serge... et des étrangers venus de pratiquement tous les pays qui circonscrivent la France. Des autres associations de notre style, pratiquement personne. Alors je demande à ceux qui aimeraient venir à ces rencontres de ne pas hésiter à faire le déplacement car elles rassemblent une grande richesse d'individus qui ont tous, à leur façon, un message à transmettre. C'est aussi un grand moment pour découvrir d'autres styles de Taiji quan ainsi que d'autres techniques internes tels que le Xingyi quan, le Bagu Zhang, etc.

Ces rencontres sont devenues un rassemblement de pratiquants de taiji quan de tous horizons, à mon avis cet événement est unique en France et il serait dommage de s'en priver pour une simple question de personne. Notre discipline doit nous apprendre à dépasser nos propres

passions pour revenir à une réalité qui peut être très agréable.

Au niveau de l'organisation je dois avouer qu'il n'y a rien à redire; Alain Lelarge et Brigitte Legodais mènent parfaitement bien la barque. Un service de restauration de qualité et à coût modeste est prévu à quelques pas du lieu de pratique.

Quant aux animateurs, ils étaient aussi divers que singuliers. A la discrétion de beaucoup nous avons eu droit à un "one man show" de la part de Peter Young qui a très certainement confondu les Rencontres Jasnières avec les coulisses d'un studio de Hong kong. Dommage, car il semble être un excellent pratiquant et surtout un compagnon qui aime bien vivre. Il nous a offert une démonstration qui a laissé plus d'un pratiquant perplexe... l'expression du Qi à distance est une de ses armes favorites...attention!

L'après-midi est consacré à l'échange en Tuishou. Trois heures consécutives à se pousser semble long, mais l'on s'y fait. Et l'on apprécie beaucoup de pouvoir changer souvent de partenaire. Sur 150 personnes présentes, il y a un large éventail de techniques possibles, ce qui permet d'affiner son Tuishou. Du doux au dur en passant par l'italien belliqueux au sang chaud, votre enracinement est mis à dure épreuve, mais c'est bon, c'est bon de voir que l'on a du travail sur la planche.

Au risque de déplaire, je n'hésite pas à dire que ces rencontres peuvent devenir un grand moment pour le Taiji quan. Tout comme les rencontres de l'Amicale sont un évènement à la mesure de notre style. L'une et l'autre ne sont pas comparables dans leur modalité mais l'esprit est le même, celui d'échanger en toute simplicité.

THE 6TH BRITISH OPEN TAI CHI CHAMPIONSHIPS

OPEN TO ALL TAI CHI STYLISTS FROM WHATEVER COUNTRY/ASSOCIATION/STYLE

**ON SUNDAY, 20TH MARCH, 1994, (DOORS OPEN 9.15 AM)
AT THE LONDON MARTIAL ARTS CENTRE,
89 LANSDOWNE WAY, STOCKWELL (NEAREST TUBE STOCKWELL)**

ENTRY FEE £10 PER EVENT. SPECTATORS £5 AT DOOR. RULES WILL BE THE SAME AS IN PREVIOUS YEARS.

ALL CHEQUES/POs SHOULD BE PAYABLE TO D. DOCHERTY AND SENT WITH ENTRY FORMS TO BOTCC, 9 ASHFIELD ROAD, LONDON N14 7LA (FOR MORE DETAILS CALL 081 368 6815)

I WISH TO ENTER (PLEASE TICK THE RELEVANT BOXES):-

BEGINNER * HAND FORM (ANY STYLE) BEGINNER * WEAPON

INTERMEDIATE* HAND FORM INTERMEDIATE* WEAPON

OPEN EVENTS :-

WEAPONS SWORD SABRE SPEAR ETC.

HAND FORM YANG WUDANG OPEN

* BEGINNERS AND INTERMEDIATES ARE THOSE WHO HAVE BEEN PRACTICING THE FORM IN QUESTION FOR LESS THAN ONE AND LESS THAN THREE YEARS RESPECTIVELY.
PUSHING HANDS:-

VETERANS (OVER 35) WEIGHT DIVISIONS WILL BE DECIDED ON THE DAY BASED ON THE TOTAL NUMBER OF ENTRANTS

LADIES OVER 58K OVER 53K UNDER 53K

MEN OVER 85K+ 85K 80K 75K 70K 65K UNDER 60K

NAME:- _____ INSTRUCTOR _____

ADDRESS _____

I THE UNDERSIGNED AGREE TO COMPLY WITH THE RULES OF THE BRITISH OPEN TAI CHI CHAMPIONSHIPS AND I INDEMNIFY THE ORGANISER AND OFFICIALS OF THE SAID CHAMPIONSHIPS AGAINST ANY CLAIMS SUITS OR DEMANDS OF ANY NATURE WHATSOEVER ARISING OUT OF MY ENTRY IN THIS COMPETITION AND I ACKNOWLEDGE THAT I ENTER THE SAID COMPETITION AT MY OWN RISK.

*SIGNED _____ WITNESS _____

DATE _____ DATE _____

*(PARENT/GUARDIAN'S SIGNATURE REQUIRED IF UNDER 18)

Votre calendrier...

Voici les informations de stages communiquées avant le 13 janvier 1994.
A coté du nom de l'organisateur figure le numéro de téléphone utile pour obtenir de plus amples renseignements.

ARCHIPEL

88 39 95 42

30 avril-1^{er} mai
(Vosges) Formes, tui shou
par S. Dreyer

ART

contact suivant le stage (cf. ci-dessous)

13 février
(Genève) Self-défense basée sur les arts martiaux chinois
par P. Hartmann 752 34 47

19 février
19 mars
(Bex) Stage intensif de Tai ji (9h00-12h00)
par L. Defago 321 40 40

27 février
20 mars
(Genève) Tai ji tous niveaux (9h00-13h00)
par M. Viviani 734 76 01

12-13 mars
(Lausanne) Tai Ji tous niveaux
par L. Defago 321 40 40

27 mars
5 juin
(Genève) Stages intensifs de Tai ji pour avancés (15h00-19h00)
Epée nouvelle, applications des duan, théorie, corrections
et détails de postures, taoïsme, tui shou, pédagogie
par L. Defago 752 34 47

mars (à préciser) Tai ji style Chen (démonstration et stage)
par Chen Xia Wang 752 34 47

21-23 mai
(Champéry) Stage de Pentecôte
par L. Defago 321 40 40

18-19 juin
(non précisé) Tai Ji
par L. Defago 321 40 40

Arts de vie

50 69 21 13

19-20 février
26-27 mars †
(Annecy) Thèmes non-précisés
par B. Réot

23-24 avril
28-29 mai
(lieu non-précisé) † en collaboration avec H. Mouthon et ATCHA

25-29 juin †
(Talloires)

ATA

41 43 68 88 ou 41 39 74 37

5-6 mars
20 mars
27 mars
(Angers)

3 duans + applications + épée ancienne
Approche martiale du Tai Ji Quan

par C. Jeanmougin

7-8 mai
(Anjou)

Ateliers séquences + techniques connexes
par C. Jeanmougin et autres intervenants (stage gratuit)

21-23 mai
(Angers)

3 duans + applications + épée ancienne
par C. Jeanmougin

11-18 juillet
(Cantal)

Séquences + techniques connexes
par C. Jeanmougin

29-31 août
(Angoulême)

Séquences + techniques connexes
par C. Jeanmougin

ATCHA

50 45 50 31

26-27 mars †
22-23 mai
(Annecy)

Duans, tui shou, épée, éventail
Duans, éventail
par H. Mouthon

25-26 juin †
(Talloires)

Duans, tuishou, épée, éventail
par H. Mouthon

11-15 juillet
(Bords du lac)

Epée ancienne, éventail
par H. Mouthon + un assistant

† en collaboration avec B. Réot et Arts de Vie

Association de Tai Chi Chuan de Paris 45 66 55 99

27 février
27 mars
24 avril
29 mai
26 juin
(Paris XV^e)

Tui shou et applications martiales (10h00- 12h30)
par S. Metzlé

Association Tai Chi Chuan Wu Dang de France

43 76 88 08

5-6 février
(Le Mans)

Relaxation, enracinement, alignement, respiration, tui shou
par E. van der Pol

début mars
(Seillans, Var)

Formes (contact 94 76 98 84)
par S. Dreyer

29-31 juillet
(Marçon, Sarthe)

Rencontres Jasnières (contact 43 80 86 64)
Intervenants multiples
Formes, tui shou, armes, éventail, ba gua zhang, xing yi quan

S. Dreyer**43 89 43 74 (avant 22h00)**

26-27 février
 26-27 mars
 23-24 avril
 14-15 mai
 11-12 juin
 (Le Mans)

Tui shou
 "
 "
 Tui shou de compétition
 "
 par S. Dreyer

août (7 jours)
 (lieu non défini)

Stage pour enseignants: formes, tui shou, bâton
 par S. Dreyer

Ecole de la Main Franche**(0) 81 74 24 94 (8-9 hrs)**

19-20 mars
 (Namur)

La posture, la détente, le geste, avec le partenaire
 par E. van der Pol

27 février
 27 mars
 30 avril
 5 juin
 (Namur)

3ème duan 1ère partie
 Eventail
 3ème duan 2ème partie
 3ème duan 3ème partie
 par J.L. Perot

INPACT**88 41 10 00**

19-20 février
 (Strasbourg)

Epée
 par H. Mouthon

26-27 mars
 (Strasbourg)

Tai ji quan (école Chen), Tai ki ken
 par F. Trinh Thanh

21-23 mai
 (Vosges)

Stage traditionnel de printemps
 par C. Bernapel et les enseignants d'INPACT

B. Régnier**80 55 45 70**

13 février
 13 mars
 10 avril
 8 mai
 12 juin
 (Dijon)

Matin : débutants, positionnement, 13 postures
 Après-midi : 1^{er} duan, début 2ème duan
 exercices de base tui shou
 par B. Régnier

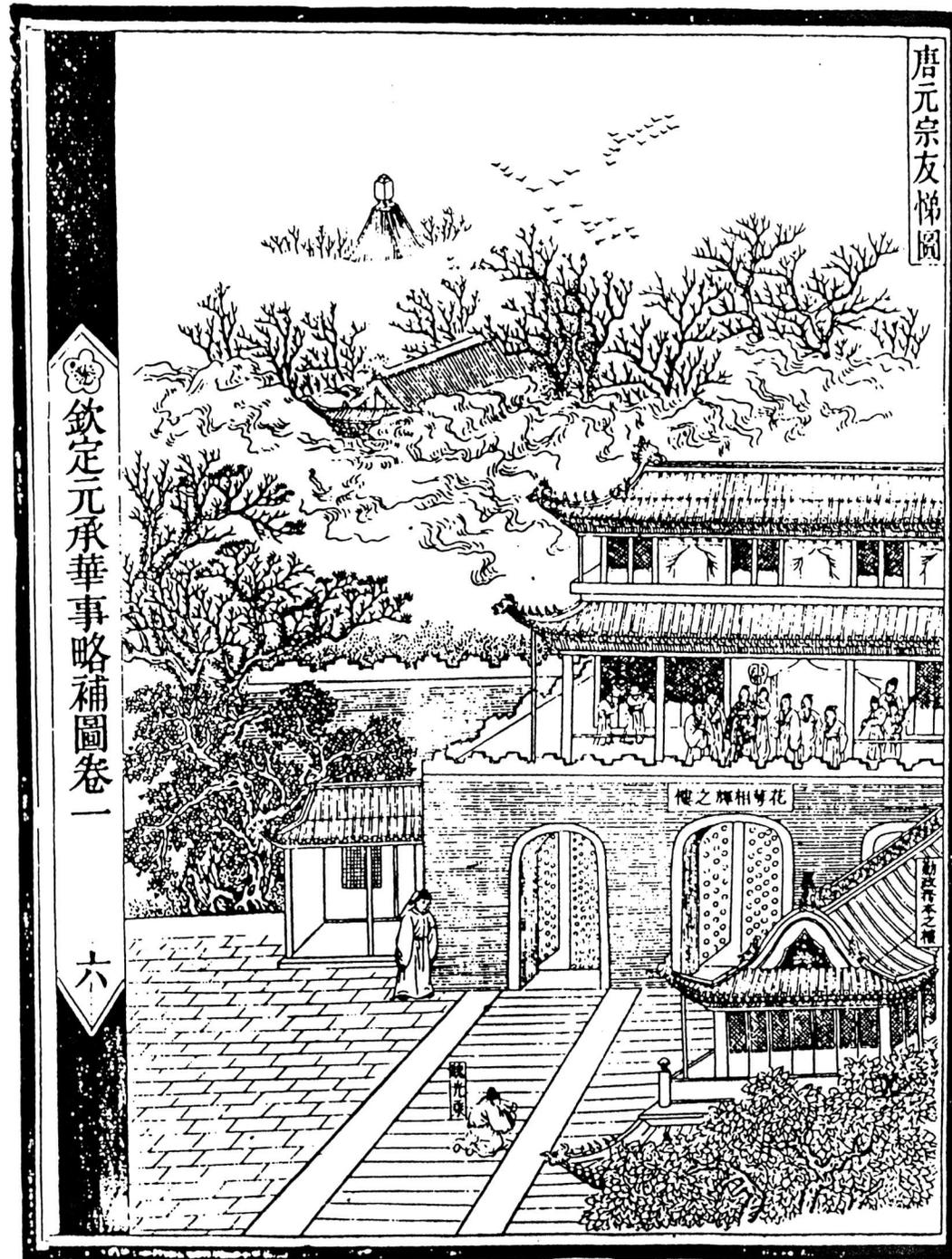
T'ai Chi Yang**26 82 31 66**

19-20 mars
 (Epernay)

Duan
 par S. Dreyer

Yangjia Michuan Association de Taipei Tél. 886-2-831-1164.

Cours de Tuishou, à Taipei, trimestre de printemps du 3 mai au 3 juin 1994
 Enseignant : Wang Yennien. Lieu : 87-1 Chungching North road, Sec. 1, 11ème ét.
 Cours débutants mardis et vendredis de 19h à 21h. Prix : NT\$ 2000.-
 Cours avancés lundis et jeudis de 19h à 21h. Prix : NT\$ 3000.-



COTISATIONS 93-94: 1er Appel

Madame, Monsieur,

Le fonctionnement de l'Amicale repose sur les cotisations de ses adhérents. De nombreux projets nécessitent un minimum de recette pour qu'ils puissent aboutir. Les rencontres demandent quelques fonds pour pouvoir faire les réservations sans devoir vous demander trop longtemps à l'avance de retenir vos places.

En ma qualité de Trésorier la tâche de vous solliciter m'incombe. Mon souci sera de vous faciliter la tâche tout en vous éclairant le mieux possible sur nos comptes. Je propose une nouveauté qui consiste à faire deux appels de cotisations:

. la première au mois de décembre pour régler les cotisations en fonction de vos adhérents à cette date;

. la deuxième dans la période du 15 au 30 octobre de l'année suivante pour le complément de cotisation de la saison passée.

Je me permettrai de solliciter les responsables de groupe qui adhèrent à titre individuel sans inscrire leurs élèves pour les inviter à jouer le jeu de l'Amicale. La somme de 20FF (fixe depuis la création de l'Amicale) peut être prévue dans le coût de l'adhésion que vous demandez, ou dans le tarif du premier cours si vous ne fonctionnez pas en association.

L'appel des cotisations fait apparaître les sommes que vous avez versées antérieurement. Si vous découvrez une erreur n'hésitez pas à la mentionner sur le bulletin d'adhésion. Si vous avez versé une somme entre le mois de juillet et le 31 octobre c'est soit un règlement complémentaire soit une avance sur l'exercice suivant. Notez bien que l'exercice de l'Amicale s'étend du 1er novembre au 31 octobre de l'année suivante. Nous pensons que notre façon de procéder évitera tout litige.

En vous souhaitant à tous d'heureux moments de pratique.

Le Trésorier

LE BULLETIN D'ADHESION EST A ADRESSER A

AMICALE DU YANGJIA MICHUAN
Claudy Jeanmougin - Trésorier
B.P. 3002
49017 ANGERS CEDEX 01
FRANCE

Tous vos règlements d'adhésion doivent être adressés à l'adresse ci-dessus.



COTISATIONS 93-94: 1er Appel

(Exercice du 1er novembre 93 au 31 octobre 94)

à retourner au Trésorier - voir au verso

Adhésions individuelles:

. Vous n'êtes pas responsable d'un groupe et vous désirez adhérer à l'Amicale et recevoir le bulletin à domicile (si vous êtes membre d'une association adhérente voir abonnement), alors le tarif est de 150F.

. Vous êtes responsable d'un groupe! Dans ce cas nous vous encourageons à adhérer vos élèves selon les modalités de l'adhésion collective.

Adhésions collectives:

. Vous êtes responsable d'un groupement (associatif ou non) et vous souhaitez l'affilier à l'Amicale deux éventualités se présentent à vous:

1- Votre groupe est inférieur à 15 personnes vous réglez la somme de 300FF;

2- Votre groupe est supérieur à 15 personnes vous multipliez le nombre de personnes par 20F pour établir le montant de votre règlement;

Abonnement au bulletin:

1. Vous appartenez à un groupement adhérent et vous désirez recevoir le bulletin personnellement le coût annuel est de 120F.

2. Vous n'êtes pas membre de l'Amicale le coût de l'abonnement annuel est de 150FF.

Un moyen simple de vous souvenir de vos derniers versements... Conservez cette partie dans votre documentation.

Vous avez versé en	1989-90	1990-91	1991-92	1992-93	1993-94
La somme de					
le:					

LE PROCHAIN APPEL DE COTISATIONS AURA LIEU LE 30 OCTOBRE 1994 (pour complément du 1er versement)

46

Je soussigné Nom:.....
 Prénom:.....
 Adresse:.....

 Tél:.....Fax:.....

désire adhérer à l'Amicale du Yangjia Michuan Taiji Chuan à titre individuel et joins un chèque de 150FF à l'ordre de l'Amicale.

désire adhérer notre Association:
 Nom de l'Associtaion:.....

 Adresse:.....

 Tél:.....Fax:.....

je joins un chèque de 300FF car le nombre d'adhérents est inférieur ou égal à 15, ou

je joins un chèque de 20FF x..... (nombre d'adhérents si supérieur à 15) soit de:.....FF libellé à l'ordre de l'Amicale.

Désire m'abonner au bulletin, je joins un chèque de.....FF

Fait le _____ Signature
 à _____

Vous êtes nouvel adhérent

Vous renouvez votre adhésion

Vous avez versé en	1989-90	1990-91	1991-92	1992-93	1993-94
La somme de					
le:					

Vérifiez bien vos versements et indiquez une erreur éventuelle.