



Stage de printemps 2026

Samedi 2 et dimanche 3 mai 2026

Outre l'approfondissement de la première section de la forme, ce stage de deux jours sera consacré cette année à l'exploration du travail avec partenaire, et plus particulièrement au Tui-Shou (traduit par « mains collantes » ou « poussée des mains »). Ce travail avec partenaire invite à une écoute subtile de l'autre et du Qi tout en préservant son centrage, son ancrage, son relâchement et son alignement. Les principes fondamentaux – adhérer, connecter, coller, suivre – seront abordés au travers plusieurs formes codifiées de Tui-Shou (simple poussée des mains, différentes doubles poussées des mains). L'art d'absorber et de neutraliser la poussée et le principe du Yin-Yang seront expérimentés via différents exercices ludiques. Les quatre énergies classiques y seront enseignées et explorées : An (pousser), Ji (presser), Peng (parer), Lu (rouler vers l'arrière). Le stage se clôturera le dimanche après-midi sur une note ludique via l'approche de la poussée des mains libre.

Le stage est ouvert à tous, sans prérequis, membres de l'école ou non.

Horaire (10h00-17h00)

- De 10h00 à 11h00 : Forme
- De 11h à 12h30 : Tui-Shou
- Pause*
- De 14h00 à 15h00 : Forme
- De 15h00 à 17h00 : Tui Shou

Le dimanche après-midi sera consacré uniquement au Tui Shou.

Prix et inscription

120€ pour les deux jours. 70€ pour un seul jour. Dimanche après-midi uniquement : 20€.

Inscription : s'inscrire ici <https://bookwhen.com/fr/taichibruxelles>

ou par email (info@taichibruxelles.com), et verser le montant sur le compte de l'école BE20 3632 0701 9056 (« stage printemps » en communication).

Lieu

Siège de l'école : 48 Rue J.B. Timmermans.