



**Le Taïchi Chuan de la famille YANG**

**Stage d'été du 17 au 20 juillet 2025**

**Avec  
BRUNO ROGISSART**

***Ce stage est accessible aux personnes connaissant  
La 1<sup>ère</sup> partie de la forme.***

**Au siège de l'Académie  
14, bis rue Albert Thomas 08000 Charleville-Mézières  
FRANCE**

**Adresser toute correspondance et inscription à :  
ATCSYT – 7, rue du bochet bas – 08500 Les MAZURES**

**[www.taichi-yangsauchung.com](http://www.taichi-yangsauchung.com)  
Email : [bruno.rogissart@wanadoo.fr](mailto:bruno.rogissart@wanadoo.fr)  
Tél/fax 03.24.40.30.52**

**Maître YANG SAU CHUNG**  
**Fils de Maître YANGCHENGFU**  
**4<sup>ème</sup> génération de la famille YANG**



**Bruno ROGISSART**  
**Professeur de l'académie de Taïchi Chuan Style Yang Traditionnel.**



**BRUNO ROGISSART** a débuté la pratique du **TAICHI CHUAN** style **YANG SAU CHUNG** en 1984. Il a suivi successivement l'enseignement des 3 disciples de Maître **YANG SAU CHUNG** (**CHU KING HUNG** (3<sup>ème</sup> disciple), **IP TAI TAK** (1<sup>er</sup> disciple) et **GIN SOON CHU** (2<sup>ème</sup> disciple). Il se rend chaque année depuis 2011 à **HONG KONG** pour suivre l'enseignement de **SIFU YANG MA LEE**

**Votre niveau et votre progression en Taïchi Chuan au sein de notre académie.**

**Niveau 1 :** Ce niveau correspond aux personnes en cours d'apprentissage des principes fondamentaux, de la forme en 108 mouvements et du 1<sup>er</sup> niveau du TAICHI CHUAN avec partenaire.

**Niveau 2 :** Ce niveau correspond aux personnes qui ont terminé l'apprentissage de la forme en 108 mouvements. Ceux-ci abordent la pratique des formes avec armes épée et/ou sabre. Les niveaux suivants du TAICHI CHUAN avec partenaire dont le DALU et le WAPU.

**Niveau 3 :** Ce niveau correspond aux personnes qui ont terminé l'apprentissage de la forme 108, de l'épée et du sabre. Ceux-ci abordent la pratique des formes de la lance, du bâton, de la perche, la boxe longue « dite forme rapide ». Les niveaux suivants du TAICHI CHUAN avec partenaire dont le SAN SHOU.

# Programme général du stage

## A qui s'adresse ce stage ?

**Ce stage est accessible aux personnes possédant parfaitement la 1<sup>ère</sup> partie de la forme.**

Les élèves possédant la 1<sup>ère</sup> partie pourront apprendre la 2<sup>ème</sup>, ceux possédant la 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> parties pourront apprendre la 3<sup>ème</sup> partie et ainsi terminer l'étude de la forme intégrale !

Les élèves de niveaux II et III pourront avancer dans le perfectionnement de leurs acquis : Forme intégrale, forme du sabre, forme à l'épée, le taïchi chuan avec partenaire (DALU, WAPU, SAN SHOU...)

Et pour tous découvrir et découvrir encore de nouvelles subtilités dans la pratique de l'art du TAICHI CHUAN...

## Programme du stage :

### Pratique du QI GONG statique et dynamique de la famille YANG :

les postures et leurs applications, pour le « Nei Gong » et dans la forme Enseignement d'une série d'exercices de QI GONG « enseignement de HONG KONG »

### Entraînement en commun :

Méditation et massages taoïste

(prévoir un zafu ou un petit banc – quelques zafus sont disponibles sur place pour ceux qui viennent de loin en transport en commun)

« Softening Exercices » de SIFU YANG MA LEE

### Etude et perfectionnement du TAICHI CHUAN

En fonction de votre niveau :

Apprentissage et perfectionnement de l'enchaînement intégral du TAICHUAN Traditionnel forme en 108 mouvements : *Enseignement et approfondissement des principes transmis par la famille YANG*

Apprentissage et perfectionnement de la Forme du sabre

(réservé aux élèves ayant terminé les 3 parties de la forme 108)

Apprentissage et perfectionnement de la forme à l'épée

(réservé aux élèves ayant terminé les 3 parties de la forme 108 et connaissant la forme du sabre)

### Taïchi chuan avec partenaire :

Poussée des mains (Tuishou) : simple, double, petit cercle, grand cercle...

DALU petit et grand enchaînements.

WAPU "les pas rapides"

SAN SHOU – apprentissage de la forme intégrale – Réservé aux étudiants qui ont suivis les journées de formation au SAN SHOU

## Programme général du stage et déroulement des journées

**GROUPE A : Elèves "intermédiaires" ayant terminés la 1<sup>ère</sup> et la 2<sup>ème</sup> partie de la forme**  
**GROUPE B : Elèves « avancés » - niveaux II et III**



### Le jeudi 17 juillet

|                            |                            |
|----------------------------|----------------------------|
| <b>Le jeudi 17 juillet</b> |                            |
| 17h30/19h30                | QI GONG de la famille YANG |

### Les 18-19-20 JUILLET

|                             |  |   |
|-----------------------------|--|---|
| <b>Les 18-19-20 JUILLET</b> |  |   |
| 9H30 / 10h15                | Exercices d'assouplissement et de relâchement de sifu YANG MA LEE<br>Entraînement aux principes et concepts du TAICHI CHUAN<br>Mouvements et postures, les pas, le placement, les kouas...<br>La fluidité, la circulation du QI... |   |
| 10h15 / 11H15               | Perfectionnement de la forme 1 <sup>ère</sup> 2 <sup>ème</sup> parties et 3 <sup>ème</sup> partie.   |   |
|                             | Taïchi Chuan avec partenaire<br>Notions d'écoute, d'intention, d'utilisation de la force interne<br>TUI SHOU - DALU - SANSHOU - APPLICATIONS   |   |
| 11H15 / 11h30               | <b>"Pause avec collation"</b>  |   |
|                             | <b>GROUPE A</b>  | <b>GROUPE B</b>                               |
| 11h30 / 12h30               | Etude et perfectionnement de la 2 <sup>ème</sup> ou 3 <sup>ème</sup> partie.   | Etude & perfectionnement de la forme du sabre |
| 13h / 15h                   | <b>Pause Déjeuner et repos</b>   |   |
| 15H / 15H30                 | Etude des petits enchaînements des séquences essentielles du TAICHI CHUAN "JINBENGONG"   |   |
| 15H30 / 16H30               | Perfectionnement de la forme 1 <sup>ère</sup> 2 <sup>ème</sup> parties et 3 <sup>ème</sup> partie.   |   |
|                             | Taïchi Chuan avec partenaire<br>Notions d'écoute, d'intention, d'utilisation de la force interne<br>TUI SHOU - DALU - SANSHOU - APPLICATIONS   |   |
| 16H30 / 16H45               | <b>"Pause avec collation"</b>  |   |
|                             | <b>GROUPE A</b>  | <b>GROUPE B</b>                               |
| 16H45 / 17h30               | Etude et perfectionnement de la 2 <sup>ème</sup> ou 3 <sup>ème</sup> partie.   | Etude & perfectionnement de la forme à l'épée |
| 17H30/ 18H                  | Qi Gong de la famille YANG<br>Perfectionnement des exercices étudiés lors de la séance du jeudi 20   |   |



## ORGANISATION GENERALE DU STAGE

### Lieu du stage

Centre d'arts martiaux chinois  
14bis rue Albert thomas  
08000 Charleville-Mézières

### Votre arrivée au stage :

Vous êtes attendus le 1<sup>er</sup> jour entre 17H et 17H30

### **L'enseignement débutera à 17h30**

L'accès au gîte est possible à partir de 16h30 (ou avant le gîte dispose d'une boîte à clés)

### Le déroulement des journées :

- Les journées commencent à 9H30
- Les cours en matinée se déroulent de 9H30 à 12H30 et l'après-midi de 15H à 18H
- Les cours ont lieu principalement en salle et pourront être parfois dispensés en extérieur.
- **Le dimanche 20 juillet le stage se terminera à 16H.**

Pour leur confort et la pratique, les stagiaires doivent prévoir :

- Une tenue adaptée souple et ample, des chaussons chinois ou chaussures de sports souples
- Un coussin ou un petit banc
- De quoi prendre des notes

### Coût pédagogique du stage (hors pension & hébergement).

- Stage général du 17 au 20 juillet : 220 €  
Membre de l'académie WUDANG Charleville-Mézières 190€
- Pour les couples :  
Réduction de 20 % pour le conjoint - Soit 176€  
(Sauf sur le coût des repas et du gîte).
- Vous pouvez commander votre sabre sur la fiche d'inscription – coût 39€  
Nous vous l'apporterons pour le stage.
- Réservation du repas du midi à prendre sur place : 13.00€

***Cuisine chinoise-thaï et /ou traditionnelle exclusivement avec choix de menu « carné » ou « végétarien » sur le formulaire d'inscription***

**[www.taichi-yangsauchung.com](http://www.taichi-yangsauchung.com)**

## Accès au centre d'arts martiaux chinois de Charleville-Mézières

Centre d'arts martiaux chinois  
14bis rue Albert thomas  
08000 Charleville-Mézières



### Quartier de la Houillère :

Suivre la rue de Monthermé, tourner à gauche après la boulangerie HUART  
L'école de TAICHI CHUAN se situe à 150m environ sur la droite en descendant la rue Albert Thomas.

En bus / **Arrêt Grande Terre à 300m.**

### Pour vous loger

#### \* Sur place au centre d'arts martiaux en formule gîte (limité à 8 places) :

Vous disposez d'un hébergement en chambres à 2 personnes

Draps - duvet et serviette de toilette fournis.

Un espace cuisine et repas équipés (réfrigérateur - gazinière - micro-onde - cafetière - bouilloire etc...- les sanitaires/douche - un espace détente & lecture - télévision - **wifi gratuit**

Des commerces boulangerie et supermarché se trouvent à 5' à pieds

35€/la nuitée

#### \* Hôtel en centre-ville :

Hôtel kyriad : ☎ 0324263232

\* Camping du Mont Olympe ☎ 032433236

太極拳

**Voir également sur internet d'autres hôtels et hébergement sur Charleville-Mézières et ses alentours.**



**Académie d'été de TAICHI CHUAN**  
**Style YANG Traditionnel.**  
**Stage d'été**  
**du 17 au 20 juillet 2025**

Bulletin d'inscription

NOM ..... PRENOM .....

ADRESSE .....

CODE ..... VILLE .....

TELEPHONE .....

Email (écrire en majuscule SVP):.....@.....

Mon niveau :     Intermédiaire         avancé

Je joins à mon inscription un chèque de                      € à l'ordre de ATCSYT correspondant à :

**Pour nos amis BELGES** procédez s'il vous plait à un virement bancaire sur notre compte Belfius Couvin n° BE 09 0682 3863 2757 - joignez impérativement une copie de l'ordre de virement établi par votre banque à votre dossier d'inscription.

**Cochez SVP !**

- Ma participation au stage : 220€
- Membre de l'académie wudang Charleville-Mézières : 190€
- Ma participation au stage tarif conjoint : 176€

**O je souhaite réserver les 3 repas du midi : 39€ à régler sur place svp !**

Menu Végétarien     menu carné

Je souhaite réserver une place dans le gîte pour 3 nuits à partir du jeudi 17 : 105€

**Attention places limitées dans le gîte : joindre votre règlement par chèque à l'ordre des quatre orientés.**

Je souhaite commander un sabre ou une épée cochez SVP !

(Joindre un chèque à l'ordre de la tortue de jade 39€/arme - encaissé en 07)

Date et signature :

Académie de Taïchi Chuan Style Yang Traditionnel  
7, rue du bochet bas  
08500 Les Mazures  
☎ 03.24.40.30.52  
[bruno.rogissart@wanadoo.fr](mailto:bruno.rogissart@wanadoo.fr)