

SHEN

ÉCOLE DE MÉDECINE
TRADITIONNELLE CHINOISE

神

Qi-Gong Martial de Shaolin
Tie Bu Shan / La chemise de fer



ÉCOLE SHEN 52, rue de Moscou - 75008 Paris - Métro Rome

Massage Traditionnel Chinois - Acupuncture - Réflexologie Plantaire - Auriculothérapie

Mian Xiang - Massage Assis Chinois - Qi-Gong - Taiji-Quan

Tél : 01 43 87 46 30 / Fax : 01 42 93 44 57 - Agrément N° 1175499975 - SIRET : 44533682900046

www.shen.fr

Pour les pratiquants d'arts martiaux. Pour tous ceux qui souhaitent dépasser leur limite et découvrir leurs potentialités au travers de techniques martiales ancestrales.

Dans ce programme qui comprend cinq niveaux, nous tenterons de définir le **Qi-Gong Martial**. Nous chercherons à mettre en lumière les particularités et les fonctions du Qi-Gong Martial, les modalités de sa pratique ainsi que les règles à suivre. Cette première étape vous permettra d'acquérir les notions élémentaires du Qi-Gong Martial traditionnel chinois qui vous semblera mystérieux dans un premier temps, mais vous constaterez très vite que votre intérêt s'accroîtra au fur et à mesure que vous progresserez dans cette étude. Le Qi-Gong Martial est une pratique issue du **Temple de Shaolin**.

Christophe TOPALIAN pratiqua avec des Maîtres formés au Temple de Shaolin, et après des années de pratique assidue, devint un expert de cette discipline. En France, il est un des rares Instructeur de Qi-Gong Martial dont le but est de renforcer le corps à la fois intérieurement et extérieurement.

Par la concentration de l'énergie, on peut augmenter la capacité du corps. Par exemple, après 3 mois de pratique, l'adepte peut, au niveau de la poitrine et du ventre, supporter un coup de bâton voir même des coups portés fortement avec les poings et même les pieds sans subir le moindre dommage corporel, d'où la terminologie de «**Chemise de Fer**». Au bout d'une année de pratique assidue, l'élève pourra casser une brique réfractaire d'1,5 cm d'épaisseur avec le tranchant de sa main. Si les étudiants s'entraînent avec assiduité, 95 % d'entre eux pourront passer avec succès ces tests.

Autrefois tenu secrète et réservée qu'à une certaine élite (les Moines de Shaolin), l'École SHEN propose aujourd'hui des stages de Qi-Gong Martial qui vous permettront d'assimiler l'enseignement relatif à cette pratique.

L'enseignement sera directement dispensé par Christophe TOPALIAN, élève de Maître JIAN LIUJUN (QUIMETAO), dépositaire pour l'Europe des techniques éprouvées du Temple de Shaolin (haut lieu des méthodes secrètes). L'École SHEN est aujourd'hui l'une des rares Écoles en Europe à divulguer cet enseignement.

Programme & déroulement des cours

FORMATION SUR CINQ NIVEAUX

Il est préférable voire indispensable de maîtriser un niveau avant de passer au suivant. Il est nécessaire d'assimiler un niveau afin de participer au niveau suivant. Seuls les élèves témoignant d'une certaine condition physique ou ayant déjà suivis les cours de Niveau 1, peuvent participer directement aux Niveaux supérieurs.

Niveau I. 4 heures : techniques de bases : Poitrine et Ventre de fer

Niveau II. 4 heures : perfectionnement du niveau 1 + Main et côtes de fer

Niveau III. 4 heures : perfectionnement + gorge et plexus de fer

Niveau IV. 4 heures : révisions + Tête de fer et dos de fer

Niveau V. 4 heures : révisions + Paumes, poings et doigts de fer

Chaque niveau comprend l'enseignement des différentes techniques ainsi que l'octroi du matériel (sacs, boudins, etc.).

Cette formule destinée essentiellement aux personnes les plus motivées permet d'assimiler rapidement la technique souhaitée et il suffit alors de s'entraîner régulièrement, ceci nécessitant une volonté accrue ainsi qu'une détermination inébranlable, condition sine qua non à la maîtrise de ces techniques de hauts niveaux.

CERTIFICAT : en fin de stage, il vous sera remis une attestation de stage. Il vous sera demandé de pratiquer les techniques enseignées sur 20 personnes, à la suite de quoi vous passerez un test d'aptitude qui sera sanctionné par la remise d'un certificat d'Auriculothérapie en ce cas de réussite.



ÉCOLE SHEN 神

ÉCOLE DE MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

Massage Traditionnel Chinois - Acupuncture - Réflexologie Plantaire - Auriculothérapie
Mian Xiang - Massage Assis Chinois - Qi-Gong - Taiji-Quan

Organisme de Formation déclarée sous le N° 11754999975 auprès du préfet de
Région d'Île de France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'Etat.

52, rue de Moscou
75008 Paris - Métro Rome
Tél : 01 43 87 46 30
www.shen.fr