

# L'Art du Chi à l'Abbaye

**Avec Christian Michel**

Formateur Art du Chi – Méthode Stévanovitch

**31 janvier (soir) – 1<sup>er</sup> et 2 février 2025**

**Stage résidentiel et intensif**

**Abbaye d'Hauterive, canton de Fribourg, Suisse**



Abbaye d'Hauterive, pays de Fribourg

## **Techniques vocales d'émission de Chi**

La vibration des sons porteurs de Chi (force vitale) touche le corps et l'être au plus profond, amenant à des états de conscience et de perception supérieurs.

Pour nous aider, nous utilisons les complexes sonores porteurs de Chi développés par Vlady Stévanovitch !

## **Tai Ji Quan 127 Postures**

La première section, courte, est aussi accessible aux personnes ne pratiquant pas notre Tai Ji Quan. Selon les niveaux, nous irons plus loin et pratiquerons la 2<sup>ème</sup> ou 3<sup>ème</sup> section.



**L'ART DU CHI**  
Méthode Stévanovitch

**Infos pratiques au verso !**

## **Informations importantes et pratiques stage 31 janvier – 1 – 2 février 2025**

Ce stage est résidentiel. Il s'adresse prioritairement aux personnes pratiquant l'Art du Chi, mais est accessible à toute personne pratiquant un autre art corporel énergétique et étant déjà initiée à l'écoute intérieure fine et à la posture assise, qui dure, sur tapis d'exercice ! (On peut bien sûr utiliser une chaise).

Le stage est intensif dans la mesure où il propose des activités avant le petit-déjeuner (facultatif), après le repas du soir et tout au long de la journée. Des plages sont également réservées pour les personnes qui souhaiteraient participer à certains offices des moines.

**Nous sommes accueillis dans le lieu de vie et de prières des moines. Pour respecter le climat de recueillement du site, nous observerons le silence dans les corridors et lors des repas.**



### **Lieu :**

Abbaye d'Hauterive, Chemin de l'Abbaye 19, 1725 Posieux (sud Fribourg)

Parking à disposition

<https://www.abbaye-hauterive.ch/la-communaute>

### **Horaire :**

**Début du stage :** vendredi 31 janvier 17h - accueil dès 16h30

**Fin du stage :** dimanche 2 février 17h

Après inscription, vous recevrez les horaires plus détaillés. Ils tiennent compte du fonctionnement lieu.

### **Prix :**

Tout compris (enseignement, logement, pension)

CHF : 380 – membres asso. suisse FCH 350

Résident UE et travaillant UE : 290 €

### **Prévoir :**

Tapis d'exercice confortable, coussin, banc de méditation, couverture...

Le confort d'abord ! Pour permettre un bon travail au sol.

Les habits adéquats pour la pratique en extérieur si le temps le permet.

### **Modalité d'inscription et de règlement :**

**Attention, places limitées !**

**Les inscriptions sont uniquement enregistrées à réception du virement, par ordre d'arrivée.**

Inscription auprès de Jean Michel : [jean@tantien.ch](mailto:jean@tantien.ch) – 079 387 14 06 (UE +41 79 387 14 06)

**Jusqu'au 12 janvier 2025 !**

**Merci de communiquer :** Nom, prénom, téléphone, courriel, niveau de pratique

#### **Participants CH :**

Compte de : Jean Michel **IBAN :** CH73 0900 0000 1702 7292 3

Ou par TWINT au 079 387 14 06 (communication : stage 1-2 fév 25)

#### **Participants UE :**

Compte de : Association Arts Energétiques Voie intérieure

**IBAN :** FR76 1910 6008 3943 6815 9802 355 - **BIC :** AGRIFRPP 891 - (communication : stage 1-2 fév 25)

#### **En cas d'annulation :**

Après le 12/1/2025 = remboursement 50 % - Après le 22/1/2025 = aucun remboursement

**Au plaisir de se voir et de pratiquer ensemble !**

Contact Christian : +33 6 24 22 71 88 (ok Whatsapp), [christian@artduchi.com](mailto:christian@artduchi.com) – [www.artduchi-aevi.fr](http://www.artduchi-aevi.fr)