

RHÔNE-ALPES QI GONG



INSTITUT EUROPÉEN de Qi Gong et Yang Sheng



QI GONG

2021-2022

DES FORMATIONS COMPLÈTES ET APPROFONDIES
FORMATIONS PROFESSIONNELLES • SÉMINAIRES LIBRES



YANG SHENG

YANG SHENG signifie en chinois, "nourrir la vie". Il s'agit d'un art de vivre développé par la civilisation chinoise. Pour "nourrir le principe vital", l'individu est invité à régler sa conduite sur les lois de la nature, respecter le rythme des saisons, se nourrir des aliments correspondants, pratiquer des exercices psycho-corporels pour renforcer sa vitalité et notamment le Dao Yin (appelé aujourd'hui Qi Gong) et le Tai Ji Quan.

Le YANG SHENG QI GONG implique l'apprentissage de techniques et de leurs applications de culture générale et de formation théorique. Le diplôme de praticien de Yang Sheng Qi Gong certifie la compétence des personnes formées à les enseigner, et les appliquer dans l'éducation, le coaching, consultant, pour les enfants, les personnes âgées, les adultes stressés, les personnels et les cadres d'entreprise, les artistes, les malades et d'une manière générale les personnes en nécessité de relation d'aide, et l'éducation dans les nombreux champs qui s'offrent à cette méthode.

LIEUX DE STAGES



Clos des Capucins, Yenne



Le Taillé, Vessex

Sommaire

INSTITUT EUROPÉEN DE QI GONG	2
DIRECTION	3
L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE	4
LA DIRECTION ADMINISTRATIVE	5
PRÉSENTATION GÉNÉRALE DES FORMATIONS	6

FORMATION EN YANG SHENG QI GONG	10
MONITEUR DE YANG SHENG QI GONG[©]	11
PROFESSEUR ASSISTANT DE YANG SHENG QI GONG[©]	16
PROFESSEUR DE YANG SHENG QI GONG[©]	22
NIVEAU SUPÉRIEUR - CYCLE EXPERT	28
FORMALITÉS	32

RHÔNE-ALPES QI GONG

INFOS PRATIQUES

stages en résidentiel, pension complète (menus sans gluten, végétarien sur demande) : renvoyer la fiche logement jointe au devis.

NAVETTE

Une navette gratuite est affrétée au départ de la gare de Lyon Part-Dieu (sortie Villette - Parking gare routière) le vendredi à 12h30 et retour le dimanche pour 13h45 (départ du Clos des Capucins à 12h15).

Les horaires de la navette ont été calculés de façon à ce que chaque personne venant de Paris, Nantes, Nice, Toulouse, Bordeaux, Brest, etc. – que ce soit en avion ou en train – puisse rejoindre le Clos des Capucins dans des conditions optimales.

Les stages débutant le vendredi à 14h30 pour se terminer le dimanche à 12h, cette organisation permet de partir le vendredi matin de chez soi et d'être de retour le dimanche soir.

INSTITUT EUROPÉEN DE QI GONG

TÉL. 06 15 28 72 58

courriel : info@iegg.com

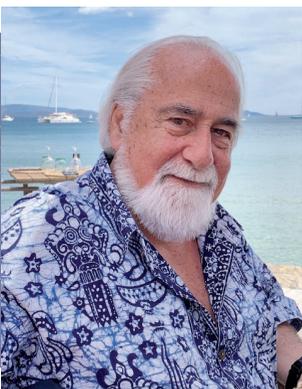
www.iegg.com

© INSTITUT EUROPÉEN DE QI GONG, MARS 2021
CRÉATION GRAPHIQUE www.mapicha.fr
COORDINATION CATHERINE ÉCHARD
DIRECTEUR DE L'INSTITUT YVES RÉQUÉNA



Qualiopi
processus certifié 

 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



L'INSTITUT EUROPÉEN DE QI GONG

Notre institut se dédie, depuis plus de 30 ans, à l'enseignement du Qi Gong, adapté à son évolution rapide et à sa pluridisciplinarité. L'IEQG a formé quelques 400 élèves ces 8 dernières années, toutes disciplines confondues. Il enregistre un taux de réussite de 80%.

LE DIRECTEUR PÉDAGOGIQUE

Yves Réquena, médecin acupuncteur auteur de 26 ouvrages sur la médecine chinoise, est reconnu comme un des pionniers dans la discipline du Qi Gong, il publie livres et vidéos. Dès les années 1980, il participe aux congrès internationaux d'acupuncture et démarre une carrière d'enseignement international sur ses théories de terrains en acupuncture et en phytothérapie. Parallèlement, préoccupé de la vulgarisation au plus grand nombre, il publie pour le grand public : *Acupuncture et psychologie*, *Le guide pratique des moxas chinois* et *Le guide du bien-être selon la médecine chinoise*. Toutefois, dès 1983, lors d'un de ces congrès auxquels il participe aux États-Unis, il découvre le Qi Gong, gymnastique chinoise utilisée par les médecins chinois au côté de l'acupuncture et expérimentée dans le sida au Lincoln Hospital à New York. Il prend conscience de l'importance du Qi Gong pour la médecine dans le futur. Il n'a de cesse alors de pratiquer et d'étudier le Qi Gong auprès de 30 maîtres chinois au cours de voyages successifs en Chine, aux États-Unis.

Il fonde, en 1989, avec Nicole Lenzini, la première école de Qi Gong d'Europe, et donc de France, l'Institut Européen de Qi Gong et consacre désormais une partie de son temps à l'enseignement du Qi Gong. Il sera sollicité successivement comme directeur technique et comme conseiller pédagogique régulièrement dans des écoles de Qi Gong en Allemagne, Autriche, Belgique, Espagne, Luxembourg, Portugal, Suisse, Argentine, Brésil, Canada, Colombie, États-Unis, Québec.

UNE SYNERGIE D'ÉQUIPE

Au cours de ces 30 années, plus de 30 experts chinois ou occidentaux ont été invités à enseigner et transmettre leur savoir-faire en Qi Gong à l'IEQG. L'Institut a su s'entourer également d'intervenants, maîtres de conférences et cadres pédagogiques de disciplines complémentaires.

La synergie de cette équipe a permis de conforter et de garantir, au fil des années, un standard performant de professionnalisation offert à ses étudiants.



L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

VÉRONIQUE AUSTRUY

Enseignante de Qi Gong, diplômée de la FEQGAE et formée à l'IEQG. Créatrice du concept innovant de «cure de Qi Gong». Responsable des évaluations en 2^e année de formation professionnelle.



MICHEL FREY

Docteur en médecine, acupuncteur, chercheur et conférencier. DESS Ethnomédecine Paris VII.



DOMINIQUE BOUÂT

Ostéopathe, kinésithérapeute diplômé de la fédération européenne de Qi Gong et de l'IEQG, enseignant de Qi Gong et d'anatomie.



HÉLÈNE HEUDE

Professeur de Qi Gong spécialisé dans la transmission du Qi Gong pour la femme.



SONIA RAYSSIGUIER

Diplômée de l'IEQG et de la FEQGAE. Spécialisée dans le Qi Gong des enfants.



CHRISTOPHE CADÈNE

Professeur de Qi Gong. Diplômé de la FEQGAE et en MTC (IMTC) Praticien MTC.



JEAN-LUC RIEHM

Licencié en STAPS en spécialité Management du Sport et des Activités pour tous. Créateur du concept de «Santé Active». Directeur et formateur de l'IIQG depuis 2004 fondé par Yves Réquena en 1990.



SYLVIE CHAGNON

Diplômée de Massage de l'Hôpital sino-japonais et de l'hôpital de massage traditionnel chinois de Pékin. Certifiée en Réflexologie plantaire au Takoma Park Institute (Washington DC USA). Responsable du cursus de formation massages énergétiques chinois.



CLAUDE SIMMLER

Médecin acupuncteur en Alsace. Ex chargé de cours à la faculté de médecine de Strasbourg. Spécialiste de la chrono-acupuncture et de l'acupuncture spatio-temporelle.



GILLES DONGUY

Professeur et formateur de Qi Gong. Diplômé de la FEQGAE et de l'IEQG. Diplôme d'Acupuncture Traditionnelle Chinoise (DATC). DU en Nutrition-Micronutrition de l'Université de Bourgogne. Certificats de Phytothérapie et de Physionutrition de l'IEPP. Enseignant en diététique chinoise. Praticien MTC et Naturopathie.



HÉLÈNE ZIMMERMANN

Formée à la forme Wu du Tai Ji Quan par Maître Chau Wei Son et en Qi Gong par l'IEQGYs, elle est diplômée de la FEQGAE et continue à suivre les enseignements de ses maîtres chinois et occidentaux. Elle enseigne Qi Gong, Tai Ji et Wùo Tai en Cévennes depuis 1997. Jury d'examen à la FEQGAE. Responsable du cycle expert en Yang Sheng Qi Gong.





LA DIRECTION ADMINISTRATIVE

CATHERINE ÉCHARD
direction@iegg.com
Responsable handicap



ISABELLE BIRAUD - SECRÉTARIAT
info@iegg.com
06 15 28 72 58
Permanences téléphoniques :
du mardi au jeudi
de 14h à 16h.



CATHOU NGUYEN
Rédaction-Conception
Supports de cours



CHRISTIAN DOUCOT
Réfèrent
Qualité



JEAN-BAPTISTE DELBORD
Chargé de communication





PRÉSENTATION GÉNÉRALE DES FORMATIONS DE L'IEQG

FORMATION PROFESSIONNELLE EN QI GONG

La **formation professionnelle au professorat de Qi Gong** se déroule sur 3 années.

- ◆ 1^{re} année – le monitorat de Qi Gong
- ◆ 2^e année – le professorat assistant de Yang Sheng Qi Gong
- ◆ 3^e année – le professorat de Yang Sheng Qi Gong

Pour un total minimum de 405 heures en présentiel.

En fonction de ses affinités et de son choix de parcours professionnel, l'étudiant pourra, dès la 2^e année, personnaliser son parcours dès lors qu'il observe les règles suivantes :

- ◆ 135h de cours en présentiel minimum par année
- ◆ Respecter les stages obligatoires par année
- ◆ Les cours dispensés à l'Institut sont complétés par le travail personnel qui est la clé de la réussite à cette formation. L'usage estime ce travail de la manière suivante :
 - Suivre un entraînement personnel dans un cours animé par un tuteur de l'Institut. Environ 160 h par an
 - Étudier les textes et cours qui sont donnés. Environ 270 h par an
- ◆ En 1^{re} année, tous les stages sont obligatoires car ils constituent le tronc commun

- ◆ En 2^e année, les stages obligatoires sont : Anatomie, les 6 sons taoïstes et le stage Évaluations.
- ◆ En 3^e année, les stages obligatoires sont : Anatomie, Pédagogie appliquée au Qi Gong et le stage Évaluations.

L'IEQG privilégie l'enseignement de la pratique. Il a mis au point un système original de tutorat pour ses élèves en formation professionnelle qui permet à ceux-ci d'approfondir leurs pratiques entre chaque stage auprès d'enseignants qualifiés. L'apprentissage des techniques et l'appropriation des données fondamentales sont ainsi favorisés et favorisent également l'ouverture à une approche diversifiée de l'enseignement du Qi Gong et des pratiques professionnelles.

À la fin du cursus des trois ans, l'étudiant aura acquis les **compétences** pour :

- Connaître et savoir transmettre plusieurs enchaînements de Qi Gong
- Proposer des cours hebdomadaires et/ou stage de Qi Gong à destination de tout public
- Choisir la structure pour exercer dans un cadre juridique adapté



FORMATION PROFESSIONNELLE EN MASSAGE ÉNERGETIQUE CHINOIS

La **formation professionnelle en Massage énergétique chinois** se déroule sur 2 années.

* 1^{re} année – les bases de la MTC, le yin et le yang, les 5 mouvements et les bases théoriques du massage Tuina. Étude des 5 organes, des dérèglements et des protocoles d'équilibrage.

* 2^e année – les 5 entrailles et leurs dérèglements, les techniques complémentaires au massage.

Chaque année totalise 135h de cours en présentiel.

Les cours dispensés à l'Institut sont complétés par le travail personnel qui garantit la réussite à cette formation. On estime ce travail de la manière suivante :

- ◆ Entraînement aux massages énergétiques chinois ;
- ◆ Étudier les textes et cours qui sont donnés. Environ 270 h par an.

À la fin du cursus de deux ans, l'étudiant aura acquis les **compétences** pour :

- Déterminer le profil du patient
- Choisir et pratiquer la technique de massages appropriée parmi celles apprises
- Choisir la structure pour exercer dans un cadre juridique adapté

FORMATION PROFESSIONNELLE EN ACUPUNCTURE

La **formation professionnelle en Acupuncture** se déroule sur 2 années.

◆ Ses objectifs sont de développer chez l'apprenant les compétences utiles et nécessaires pour devenir un praticien en acupuncture, grâce à un cursus compact et performant en deux ans, offrant les bases fondamentales de l'acupuncture, les protocoles thérapeutiques qui ont fait leur preuve au cours de 40 années d'exercice pour chacun des trois intervenants du cursus, partageant ainsi leurs expériences pour le bénéfice des étudiants.

◆ Chaque année totalise 224 heures en présentiel.

- ◆ Les cours dispensés à l'Institut sont complétés par le travail personnel qui est la clé de la réussite à cette formation.
- ◆ Étudier les textes et cours qui sont donnés. Environ 270 h par an.

À la fin des deux ans, l'étudiant aura acquis les **compétences** pour :

- Identifier la problématique du consultant
- Proposer et mettre en œuvre le protocole adapté au cas spécifique
- Choisir la structure pour exercer dans un cadre juridique adapté





LES ÉVALUATIONS EN QI GONG

La **formation professionnelle en Qi Gong** compte différents types d'évaluation communes à toutes les promotions :

- ◆ QCM chaque fin de stage pour évaluer les acquisitions immédiates.
- ◆ À partir du 2^e stage, reprise de l'enchaînement appris le stage précédent.
- ◆ Pendant le stage, plusieurs périodes de travail à 2 où chacun évalue l'autre.
- ◆ Au cours de l'année, mise en place d'un système de tutorat avec un enseignant extérieur à l'école, sous forme de cours hebdomadaires ou stages mensuels. Le tuteur doit remplir en fin d'année, un tableau de suivi pédagogique. L'apprentissage des techniques et l'appropriation des données fondamentales sont ainsi favorisés et favorisent également l'ouverture à une approche diversifiée de l'enseignement du Qi Gong et des pratiques professionnelles.



L'ÉVALUATION ANNUELLE

Chaque promotion est encadrée par deux enseignants de l'école.

1^{re} année et 2^e année : les évaluations durent 4 jours et comportent :

- ◆ Un examen de théorie sous forme de QCM,
- ◆ un examen de pratique libre 10 mn,
- ◆ un examen de mise en situation pédagogique.

C'est également le temps pour l'élève de faire le point sur ses motivations premières et futures.

En 2^e année, les modules d'évaluation sont identiques à ceux de 1^{re} année. Il est cependant demandé un niveau supérieur pour l'accomplissement des exercices.

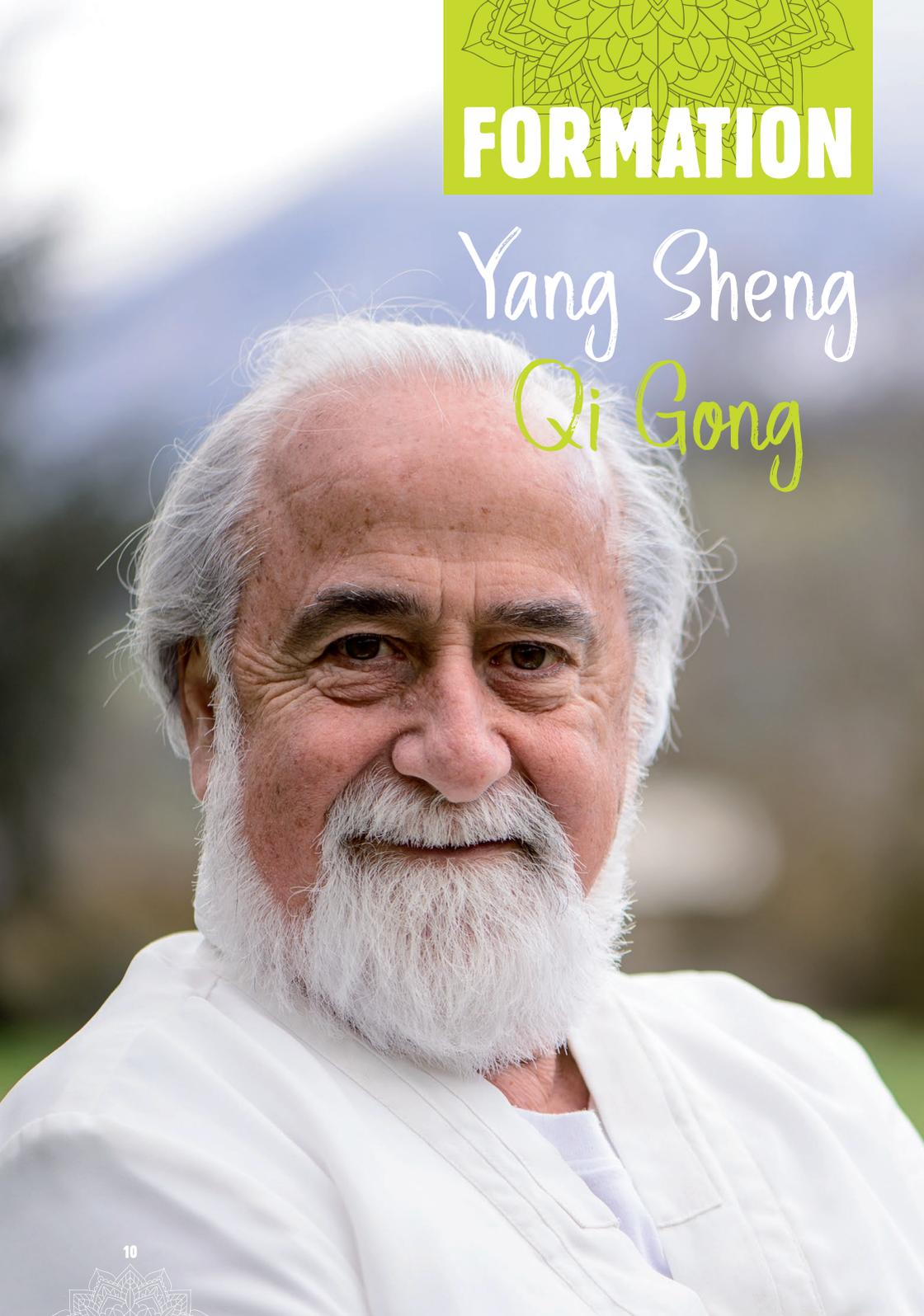
3^e année : l'examen de fin d'année porte sur un choix de 4 enchaînements de Qi Gong. En fin de 2^e année, il est demandé à l'élève de déterminer les 4 Qi Gong de son choix parmi ceux étudiés pendant son cursus de formation à l'école. En 3^e année, il s'agit de l'évaluation finale qui mène au diplôme d'école. Les mêmes modules d'évaluation sont en vigueur, ce qui permet à l'étudiant d'être familiarisé avec ces modalités.

L'épreuve de pédagogie tient une place importante : elle consiste pour l'élève à démontrer sa capacité à mener une séance de cours, à faire un choix d'exercices adaptés à un public, à connaître les mouvements et savoir s'exprimer d'une voix claire, précise.

Chaque élève de chaque promotion reçoit, à la fin des Évaluations, les appréciations personnalisées de vive voix et par mail.







FORMATION

Yang Sheng
Qi Gong



LES PRÉREQUIS, CURSUS ET CERTIFICATION

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne désirant enseigner le Yang Sheng Qi Gong®. Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter Catherine Échard, référente handicap, pour définir les modalités d'inscription.

PRÉREQUIS

Niveau Bac, ou prérequis professionnel en arts corporels et énergétiques (professions médicales et paramédicales sont dispensées des séminaires d'anatomie).

Toute **inscription** est soumise à l'envoi d'une lettre de motivation, suivie d'un entretien téléphonique avec la direction de l'IEQG.

CURSUS

Comptabiliser en 3 ans minimum 405 h.

- La certification de professeur de Yang Sheng Qi Gong® doit être présentée en interne à l'Institut devant le jury réuni par l'école.



A - MONITEUR DE YANG SHENG QI GONG®

1 AN : 135 H (4 week-ends + une semaine d'été)

Niveau de base de la formation en Qi Gong pour l'utilisation du Qi Gong comme outil complémentaire des professions de santé et de l'éducation : kinésithérapeutes, relation d'aide, coaching, éducateurs et enseignants, professeurs de yoga...

PROGRAMME ET CHOIX

QGBD1

BA DUAN JIN : HUIT PIÈCES DE BROCARD

QGEM1

ÉTIREMENTS DES MÉRIDIENS 1

QGEM2

ÉTIREMENTS DES MÉRIDIENS 2

QGANBP

ANATOMIE ET BASES DU QI GONG

QGWD1

WU DANG QI GONG NIVEAU 1

QGEVAL

ÉVALUATIONS ET CERTIFICATION





LES OBJECTIFS

- ▶ Connaître l'histoire détaillée et panoramique du Qi Gong en Chine depuis ses origines à nos jours.
- ▶ Reconnaître les différentes formes de Qi Gong : externe, interne, martiale, thérapeutique, médical
- ▶ Maîtriser les techniques de déblocage des articulations et comprendre le choix des exercices et leurs variations selon l'état général du sujet (public), son âge, ses problèmes articulaires spécifiques.
- ▶ Progresser dans sa connaissance du schéma corporel et dans l'aptitude à synchroniser son corps dans l'espace : coordination et fluidité.
- ▶ Proposer un choix d'exercices et leur variante selon l'état général du sujet, son âge, ses problèmes articulaires spécifiques.
- ▶ Maîtriser la prise de conscience de l'axe, de la latéralité de manière statique et/ou en mouvement.
- ▶ Savoir transmettre cette conscience du corps en position statique comme en mouvement.
- ▶ Maîtriser et savoir transmettre des techniques de respiration spécifiques au qi gong.
- ▶ Maîtriser sa posture, sa pratique et sa voix pour la transmission aux autres.
- ▶ Connaître et savoir reproduire 2 enchaînements de Qi Gong.





LES SÉMINAIRES

QGBDJ BA DUAN JIN : HUIT PIÈCES DE BROCCART 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquena, Véronique Austruy

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 8-10 octobre 2021

PRATIQUE

Le Ba Duan Jin a été élaboré par le Général Yen Fei au XI^e siècle à partir des 12 mouvements de Shao Lin, école externe. Ces huit « mouvements précieux » équilibrent et stimulent les 5 organes, équilibrent les trois Dan Tian. Ils ont comme propriétés de fortifier les structures physiques, de développer l'endurance, de tonifier l'énergie. Ces mouvements peuvent être enseignés séparément dans un but thérapeutique particulier. On apprend les grands principes de l'axe, de l'enracinement, la fluidité et la relation haut-bas du corps.

Dans ce séminaire on présente également : les auto-massages, la position Zhan Zhuang Gong : « embrasser l'arbre », respiration abdominale, respiration inversée, la méditation-visualisation « les 3 Dan Tian ».

THÉORIE

Sont abordés, la cosmogonie taoïste de l'Univers, le rapport Homme-Univers, le Yin Yang, les cinq éléments, les Bagua (huit trigrammes). Une brève présentation historique du Qi Gong est donnée à l'appui d'un document écrit plus exhaustif.



QGEM1 ÉTIREMENTS DES MÉRIDIENS 1 20H **Poumon, Gros Intestin, Estomac, Rate-Pancréas, Cœur, Intestin Grêle**

ANIMÉ PAR Yves Réquena, Véronique Austruy

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 10-12 décembre 2021

PRATIQUE

Sont enseignés dans ce séminaire les mouvements permettant l'étirement le déblocage, l'amélioration de la circulation des méridiens d'acupuncture tendino-musculaires. Une approche complémentaire de leur sensibilisation par le toucher, ou par la visualisation est proposée.

Les étirements des méridiens facilitent la récupération des désordres ostéo-tendineux, musculaires ou nerveux sur leurs trajets, servent d'exercices originaux de prévention d'assouplissement et de stretching.

Pratiqués plus intensément, ils aident à débloquer les mémoires cellulaires (type fasciathérapie).

THÉORIE

Trajet des méridiens enseignés. Trajets des méridiens tendino-musculaires. Les 6 grands méridiens. Les énergies du Ciel Postérieur, Zong Qi, Wei Qi et Ying Qi. Correspondance des 5 éléments.



RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

À la découverte du Qi gong,
Yves Réquéna, éd. Trédaniel, livre + dvd
Le Qi Gong des 12 méridiens,
Yves Réquéna, éd. Trédaniel, livre + dvd

QGEM2 ÉTIREMENTS

DES MÉRIDIENS 2 20H

Vessie, Rein, Maître Cœur, Triple
Réchauffeur, Vésicule Biliaire, Foie

ANIMÉ PAR Yves Réquéna, Véronique Austruy

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 18-20 mars 2022

PRATIQUE

Sont enseignés dans ce séminaire les mouvements permettant l'étirement le déblocage, l'amélioration de la circulation des méridiens d'acupuncture tendino-musculaires. Une approche complémentaire de leur sensibilisation par le toucher, ou par la visualisation est proposée. Les étirements des méridiens facilitent la récupération des désordres ostéo-tendineux, musculaires ou nerveux sur leurs trajets, servent d'exercices originaux de prévention d'assouplissement et de stretching. Pratiqués plus intensément, ils aident à débloquer les mémoires cellulaires (type fasciathérapie).

THÉORIE

Trajet des méridiens enseignés. Trajets des méridiens tendino-musculaires. Les 6 grands méridiens. Les énergies du Ciel Antérieur, Yuan Qi et Jing Qi. Correspondance des 5 éléments.

QGANBP ANATOMIE ET BASES DU QI GONG - LE PÉRINÉE 20H

ANIMÉ PAR Dominique Bouât

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 10-12 juin 2022

«Comprendre l'anatomie par le Qi Gong, comprendre le Qi Gong par l'anatomie.»
Comment acquérir des mouvements justes et fluides qui facilitent la circulation du Qi. Bases physiques et énergétiques du Qi Gong : enracinement, axe, fluidité, coordination, Shen. Un séminaire annuel dont les thèmes (colonne vertébrale, appareil respiratoire et périnée) sont donnés en alternance. Les professionnels de santé peuvent remplacer ce stage par un autre de leur choix.

QGW1 WU DANG YANG SHENG GONG : LES MOUVEMENTS DU BONHEUR 35H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

LIEU Nouan-le-Fuzelier

HORAIRES mercredi 14h30 - dimanche 17h

DATES 6-10 juillet 2022

L'utilisation d'un trésor de la tradition taoïste, à la fois dans la prévention de santé et dans la spiritualité.

THÉORIE

Yang Sheng : nourrir le principe vital, le système corporel en Qi Gong : les énergies, les méridiens, les lieux du corps.

Prévention, optimisation, ralentissement du processus de vieillissement. Les 17 signes de supra-santé.



PRATIQUE

Wu Dang Yang Sheng Gong : 5 positions statiques adaptatives et 15 mouvements étudiés avec leurs indications thérapeutiques et spirituelles. Méditations-respirations : Souffle du Vent, petite circulation céleste.

Réservé aux élèves en formation.

Ce stage comprend 3 épreuves :

- 1 examen sur la théorie apprise dans l'année sous forme de QCM,
- 1 examen de pratique libre 10 mn,
- 1 examen de mise en situation pédagogique.

Deux enseignants encadrent ces évaluations et donnent à chacun un retour personnalisé à la fin de ces 4 jours.

QGEVAL ÉVALUATIONS ET CERTIFICATION 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna et l'équipe pédagogique

LIEU Nouan-le-Fuzelier

HORAIRES lundi 10h - jeudi 17h

DATES 11-14 juillet 2022

QI GONG

1^{re} année MONITORAT 2021-2022

QGBDJ 20H	BA DUAN JIN	8-10 OCT. 2021	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGEM1 20H	ÉTIREMENTS DES MÉRIDIENS 1	10-12 DÉC. 2021	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGEM2 20H	ÉTIREMENTS DES MÉRIDIENS 2	18-20 MARS 2022	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGANBP 20H	ANATOMIE ET BASES DU QI GONG - LE PÉRINÉE	10-12 JUIN 2022	DOMINIQUE BOUÂT	YENNE
QGWD1 35H	WUDANG YANG SHENG GONG	6-10 JUILLET 2022	YVES RÉQUÉNA & ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE	NOUAN-LE- FUZELIER
QGEVAL 20H	ÉVALUATIONS & CERTIFICATION	11-14 JUILLET 2022	YVES RÉQUÉNA & ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE	NOUAN-LE- FUZELIER





MODULE MÉTHODOLOGIE ET PÉDAGOGIE

Pour compléter la formation initiale de professeur de Yang Sheng Qi Gong, l'IEQG a mis en place la formation **Méthodologie et Pédagogie**. Ce nouveau module constitué de trois volets est dispensé au long des trois années de formation au professorat à raison d'un volet par an.

L'objectif est de vous donner les outils pour vous épanouir dans votre activité de Qi Gong grâce à une approche professionnelle de l'enseignement. La pédagogie en constitue le socle théorique et la méthodologie en est la partie pratique. Ces parties théorique et technique seront complétées et concrétisées par les différents intervenants chacun dans leur spécialité au cours de leurs interventions et par le module pédagogie appliqué.

Nous aborderons sur trois ans les différents éléments qui vous permettront de construire et d'animer vos progressions et séances.

MONITORAT DE QI GONG

- ▶ Créer ses progressions et ses séances.
- ▶ Animer ses séances.

PROFESSEUR ASSISTANT DE QI GONG

- ▶ Les bases de la pédagogie.
- ▶ L'adulte en apprentissage.
- ▶ Bases psychologiques et neurosciences pour la formation.

PROFESSEUR DE YANG SHENG QI GONG

- ▶ La gestion des personnalités difficiles.
- ▶ Progression et séquence d'animation d'un module de formation.
- ▶ Les publics particuliers.

Chaque année, vous recevrez le support écrit à étudier chez vous suivi d'une évaluation (souvent sous forme de QCM) des connaissances acquises. La réussite de ce QCM validera la session de l'année.





B - PROFESSEUR ASSISTANT DE YANG SHENG QI GONG ©

2 ANS : 270 H

Niveau complémentaire d'assimilation des techniques d'orientations spécifiques du premier niveau. Ouverture vers les utilisations complémentaires dans le domaine de la santé, de l'éducation, de la gestion du stress, du développement du bien-être, de l'anti-âge.

Niveau préparatoire au professorat de Yang Sheng Qi Gong®.

PROGRAMME ET CHOIX

QGWD2

QI GONG ET MÉDITATION, WU DANG 2

QGNYG

NEI YANG GONG

QGPSY1

**PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CHINOISE,
PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 1**

QGPSY2

**PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CHINOISE,
PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 2**

QGDIG

**HE WEI JIANG PI GONG, QI GONG POUR NOURRIR
LA RATE ET ESTOMAC**

QGANAP

ANATOMIE ET BASES DU QI GONG

QGG01

QI GONG DE LA GRANDE OURSE

QGS0N

LES 6 SONS TAOÏSTES

QGYJJ

YI JIN JING

QGEVAL

ÉVALUATIONS ET CERTIFICATION

QGCAN

MARCHES ANTI-CANCER DE GUOLIN

D'autres stages de Qi Gong sont enseignés à l'IEQG, en alternance d'une année sur l'autre. C'est le cas des stages Anti-âge, de la Tonification générale, Cardio-vasculaire, 6 harmonies, etc.



LES OBJECTIFS

- ▶ Définir le public accueilli dans son environnement.
- ▶ Fixer des objectifs adaptés au groupe.
- ▶ Présenter et justifier votre démarche en fonction du public choisi.
- ▶ Définir des objectifs pédagogiques.
- ▶ Savoir élaborer le déroulement d'une séance de qi gong en cours collectif ou individuel :
 - ▶ Plan de cours, durée, outils pratiques : les éducatifs
- ▶ Accueillir le public.
- ▶ Savoir et maîtriser plusieurs méthodes et séries de Qi Gong.
- ▶ Énumérer les étapes de la séance.
- ▶ Adapter la forme pédagogique aux réactions du groupe.
- ▶ Gérer le temps.
- ▶ Gérer la sécurité.





LES SÉMINAIRES

QGW2 WU DANG NEI DAN GONG, MÉDITATION ET MASSAGE DU CHONG MAI 30H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

LIEU Vesseaux

HORAIRES jeudi 14h - dimanche 12h30

DATES 11-14 novembre 2021

ALCHIMIE INTERNE

Ce stage propose un travail spécifique au taoïsme, consistant en méditations d'ouverture de la petite circulation céleste, de l'axe central et de la transformation du Jing en Qi et du Qi en Shen. Cette transformation est contemporaine d'une spiritualisation de la matière, source de guérison et de prévention, de revitalisation et de ralentissement du vieillissement (Yang Sheng Gong). Cette transformation suscite le raffinement du Shen, de la conscience, créant des opportunités de perceptions complémentaires aux perceptions ordinaires, et favorisant l'accès à l'éveil. Dans ce séminaire le travail assis alterne avec les mouvements de Qi Gong de style interne ayant pour finalité de collecter l'énergie de l'extérieur pour cultiver l'élixir, grâce aux exercices du Wu Dang niveau 2.

MASSAGE CHONG MAI

Enseigné au cours de ce séminaire, le massage du Chong Mai ,méridien curieux structure archaïque des mémoires de l'être. Ce massage d'éveil sert également le propos de nettoyer certaines mémoires et remettre en route l'énergie de la vie en panne. Ses effets dans le traitement de la dépression sont remarquables. Utile à tous et aux étudiants en formation, aux cursus de Master, ce séminaire est important pour la relation d'aide et les psychothérapeutes.

QGNYG NEI YANG GONG 20H

ANIMÉ PAR Hélène Zimmermann

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 10-12 décembre 2021

Ce Qi Gong se pratique dans la détente et la fluidité du corps Il travaille notamment par de légères ondulations de toute la colonne vertébrale à dynamiser tous les échanges d'énergie et de sang en nourrissant la profondeur des moelles. Il soutient la circulation de l'énergie dans les 8 méridiens curieux. Le système neveux s'en trouve détendu et au fur à mesure de la pratique, le relâchement s'installe dans la profondeur du corps permettant d'améliorer la fluidité, la souplesse et l'amplitude des mouvements. Cette série est accessible à tous participants, débutants ou pratiquants confirmés.

QGPS1 PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CHINOISE, PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 1.

BOIS - FEU 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna, Véronique Austruy

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 17h

DATES 14-16 janvier 2022

Dans ce séminaire sont abordés les 5 éléments sous l'angle des constitutions chinoises et des tempéraments avec l'étude de leurs fragilités physiques et psychiques. Les plantes occidentales, les huiles essentielles et les élixirs floraux sont présentés sous l'angle des 5 éléments dans le but d'équilibrer les émotions et les somatisations, complétés par les exercices de Qi Gong appropriés.

Ma Wang Dui 1 : Bois-Feu.





QGPS2 PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CHINOISE, PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 2.

TERRE - MÉTAL - EAU 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 25-27 mars 2022

Dans ce séminaire sont abordés les 5 éléments sous l'angle des constitutions chinoises et des tempéraments avec l'étude de leurs fragilités physiques et psychiques. Les plantes occidentales, les huiles essentielles et les élixirs floraux sont présentés sous l'angle des 5 éléments dans le but d'équilibrer les émotions et les somatisations, complétés par les exercices de Qi Gong appropriés.

Ma Wang Dui 2 : Terre-Métal-Eau.

QGDIG HE WEI JIANG PI GONG, QI GONG POUR NOURRIR LA RATE ET ESTOMAC 20H

ANIMÉ PAR Hélène Zimmermann

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 25-27 mars 2022

Créée par Maître Zhang Guang De, HE WEI JIANG PI GONG est une forme courte d'une douzaine de minutes, petit joyau très apprécié des pratiquants de tous niveaux, pour son efficacité pédagogique et thérapeutique. L'apprentissage des 8 mouvements s'accompagne de techniques de centrage, d'apaisement du mental et de méditation favorisant calme et santé du corps et de l'esprit.

QGANAP ANATOMIE ET BASES DU QI GONG LE PÉRINÉE 20H

ANIMÉ PAR Dominique Bouât

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 13-15 mai 2022

«Comprendre l'anatomie par le Qi Gong, comprendre le Qi Gong par l'anatomie.» Comment acquérir des mouvements justes et fluides qui facilitent la circulation du Qi. Bases physiques et énergétiques du Qi Gong : enracinement, axe, fluidité, coordination, Shen. Un séminaire annuel dont les thèmes (colonne vertébrale, appareil respiratoire et périnée) sont donnés en alternance. Les professionnels de santé peuvent remplacer ce stage par un autre de leur choix.

QGG01 QI GONG DE LA GRANDE OURSE 30H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

LIEU Vesseaux

HORAIRES jeudi 14h30 - dimanche 12h30

DATES 26-29 mai 2022

Bei Dou Xuan Gon, le Qi Gong mystérieux de la Grande Ourse a été créé par Ming Shan de la lignée Wu Ji au XVII^e siècle et transmis oralement jusqu'à la 7^e génération, moment où He Xiang Shi l'a rédigé. Ce Qi Gong mystérieux de la Grande Ourse a été conçu pour entrer en relation avec l'environnement et plus spécialement avec les 7 étoiles de la Grande Ourse, en capturer leur essence et la guider dans le cœur afin d'activer le Shen, la conscience supérieure. Cette forme, rare en Occident, est composée d'une partie en mouvement, qui aborde différentes pratiques taoïstes et d'une partie en méditation assise.

“Le matin, on cueille les énergies montantes par le Qi Gong, le soir, on travaille ce que l'on a récolté par la méditation.” Ce Qi Gong ne se transmet officiellement que par les maîtres taoïstes dans les temples ou par ceux qui en ont reçu l'autorisation comme disciple, ce qui est le cas d'Yves Réquéna, disciple de Maître Wang Ming Quan depuis 2010.



QIGONG LES 6 SONS TAOÏSTES 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 10-12 juin 2022

Qi Gong taoïste pur et traditionnel de l'école de la porte du Dragon, il s'agit d'une série de mouvements intégrant la vibration du son thérapeutique dans chacun des cinq organes et un sixième son pour les harmoniser ensemble grâce aux trois foyers. Ces mouvements s'accompagnent d'une visualisation de la quintessence des cinq éléments. Chaque mouvement peut être enseigné séparément et répété plusieurs fois par jour dans un but thérapeutique.

QIGONG YI JIN JING 35H

ANIMÉ PAR Jean-Luc Rhiem

LIEU Nouan-le-Fuzelier

HORAIRES mercredi 14h30 - dimanche 17h

DATES 6-10 juillet 2022

Le Yi Jin Jing est la fameuse méthode transmise par Bodhidharma, moine bouddhiste venu de l'Inde (Damo) au temple de Shao Lin. Il s'agit ici de la méthode originelle, telle qu'elle est enseignée au temple Shao Lin et a été transmise en Europe par Andréas Beskow.

CONSEIL

Un remarquable entraînement de la structure physique pour dynamiser le tonus musculaire et assouplir les articulations.

PUBLIC

Convient aux pratiquants et enseignants des arts martiaux, aux coachs sportifs, à l'entraînement en Qi Gong des adolescents, et à toutes les personnes en bonne santé pour une bonne prévention et une optimisation des conditions physiques.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Les Mouvements du Bonheur,

Yves Réquéna, éd. Trédaniel, livre + dvd

QIGONG ÉVALUATIONS ET CERTIFICATION 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

et l'équipe pédagogique

LIEU Nouan-le-Fuzelier

HORAIRES lundi 10h - jeudi 17h

DATES 11-14 juillet 2022

Réservé aux élèves en formation.

Le stage évaluations de 2^e année a la même

forme que celui de 1^{re} année et comprend :

- 1 examen sur la théorie apprise dans l'année sous forme de QCM,

- 1 examen de pratique libre 10 mn,

- 1 examen de mise en situation pédagogique.

Deux enseignants encadrent ces évaluations et donnent à chacun un retour personnalisé à la fin de ces 3 jours.

QIGONG MARCHES

ANTI-CANCER DE GUOLIN 35H

ANIMÉ PAR Christophe Cadène

LIEU Nouan-le-Fuzelier

HORAIRES vendredi 14h30 - mardi 17h

DATES 15-19 juillet 2022

Cette formation théorique et pratique en deux ans a pour objectif la transmission du Qigong Anti-Cancer de Mme Guolin dans la plus pure tradition des héritiers du maître originel.

À cette fin, l'enseignement est porté sur l'apprentissage des exercices spécifiques destinés au traitement des personnes souffrant de cancer.



Sont ainsi abordés les différentes marches anti-cancer (Xi-Xi-Hu), les techniques de relaxation propres à la méthode Guolin, les exercices du bâtonnet de main et du rouleau de pied, les techniques spécifiques de massage, ainsi que les techniques originales de

travail des sons thérapeutiques («Cracher les Sons») visant à expulser la maladie.

La formation inclut également la méthode originale des «Marches des 5 Organes» de Zhang Ming Wu, l'un des disciples de Mme Guolin.

QI GONG

2^e année PROFESSEUR ASSISTANT

QGW2 30H	WU DANG NEI DAN GONG, QI GONG ET MÉDITATION	11-14 NOV. 2021	YVES RÉQUÉNA	VESSEAUX
QGNYG 20H	NEI YANG GONG	10-12 DÉC. 2021	HÉLÈNE ZIMMERMANN	YENNE
QGPSY1 20H	PSYCHOLOGIE CHINOISE, PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 1	14-16 JANV. 2022	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGPS2 20H	PSYCHOLOGIE CHINOISE, PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 2	25-27 MARS 2022	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGDIG 20H	HE WEI JIANG PI	25-27 MARS 2022	HÉLÈNE ZIMMERMANN	YENNE
QGANAP 20H	ANATOMIE ET BASES DU QI GONG	13-15 MAI 2022	DOMINIQUE BOUÂT	YENNE
QGG01 30H	QI GONG DE LA GRANDE OURSE	26-29 MAI 2022	YVES RÉQUÉNA	VESSEAUX
QGS0N 20H	LES 6 SONS TAOÏSTES	10-12 JUIN 2022	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGYJJ 35H	YI JIN JING	6-10 JUILLET 2022	JEAN-LUC RIEHM	NOUAN- LE-FUZELIER
QGEVAL 20H	ÉVALUATIONS & CERTIFICATION	11-14 JUILLET 2022	YVES RÉQUÉNA & ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE	NOUAN- LE-FUZELIER
QGCAN2 35H	MARCHES ANTI-CANCER DE GUOLIN	15-19 JUILLET 2022	CHRISTOPHE CADÈNE	NOUAN-LE- FUZELIER





C - PROFESSEUR DE YANG SHENG QI GONG[©]

3 ANS : 405 H

PROGRAMME ET CHOIX

QGWD2

QIGONG ET MÉDITATION, WU DANG 2

QGNYG

NEI YANG GONG

QGPSY1

**PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CHINOISE,
PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 1**

QGPEDA

PÉDAGOGIE APPLIQUÉE

QGPSY2

**PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CHINOISE,
PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 2**

QGDIG

HE WEI JIANG PI GONG

QGANAP

ANATOMIE ET BASES DU QI GONG

QGG01

QI GONG DE LA GRANDE OURSE

QGYJJ

YI JING JIN

QGEVAL

ÉVALUATIONS ET CERTIFICATION

QGCAN2

MARCHES ANTI-CANCER DE GUOLIN



LES OBJECTIFS

- ▶ Définir un objectif général sur plusieurs mois.
- ▶ Lister les objectifs intermédiaires et les moyens de les évaluer.
- ▶ Lister les éléments facilitants et les éléments freins à la réalisation du projet.
- ▶ Évaluer les résultats et les démarches pédagogiques mises en œuvre.
- ▶ Rappeler les règles de sécurité liées à toute pratique de ce type de discipline.
- ▶ Énumérer les temps qui rythment une action d'enseignement.
- ▶ Savoir proposer des modalités alternatives en cas de difficultés.
- ▶ Évaluer les risques possibles en fonction du public.
- ▶ Citer les éléments théoriques, psychopédagogiques en lien avec le public choisi.
- ▶ Communiquer sur sa démarche globale de pédagogie.
- ▶ Évaluer ses propres motivations et leur évolution au cours de ces trois années.
- ▶ Savoir créer sa structure pédagogique adaptée à l'enseignement du qi gong en séance hebdomadaire.
- ▶ Connaître et savoir appliquer toutes les formes juridiques d'exercice de l'activité Qi Gong (associatif, auto-entrepreneur, prestataire de service).





LES SÉMINAIRES

QGW2 WU DANG NEI DAN GONG, MÉDITATION ET MASSAGE DU CHONG MAI 30H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

LIEU Vesseaux

HORAIRES jeudi 14h - dimanche 12h30

DATES 11-14 novembre 2021

ALCHIMIE INTERNE

Ce stage propose ce travail spécifique au taoïsme, consistant en méditations d'ouverture de la petite circulation céleste, de l'axe central et de la transformation du Jing en Qi et du Qi en Shen. Cette transformation est contemporaine d'une spiritualisation de la matière, source de guérison et de prévention, de revitalisation et de ralentissement du vieillissement (Yang Sheng Gong). Cette transformation suscite le raffinement du Shen, de la conscience, créant des opportunités de perceptions complémentaires aux perceptions ordinaires, et favorisant l'accès à l'éveil. Dans ce séminaire le travail assis alterne avec les mouvements de Qi Gong de style interne ayant pour finalité de collecter l'énergie de l'extérieur pour cultiver l'élixir, grâce aux exercices du Wu Dang niveau 2.

MASSAGE CHONG MAI

Enseigné au cours de ce séminaire, le massage du Chong Mai ,méridien curieux structure archaïque des mémoires de l'être. Ce massage d'éveil sert également le propos de nettoyer certaines mémoires et remettre en route l'énergie de la vie en panne. Ses effets dans le traitement de la dépression sont remarquables. Utile à tous et aux étudiants en formation, aux cursus de Master, ce séminaire est important pour la relation d'aide et les psychothérapeutes.

QGNYG NEI YANG GONG 20H

ANIMÉ PAR Hélène Zimmermann

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 10-12 décembre 2021

Ce Qi Gong se pratique dans la détente et la fluidité du corps Il travaille notamment par de légères ondulations de toute la colonne vertébrale à dynamiser tous les échanges d'énergie et de sang en nourrissant la profondeur des moelles. Il soutient la circulation de l'énergie dans les 8 méridiens curieux. Le système neveux s'en trouve détendu et au fur à mesure de la pratique, le relâchement s'installe dans la profondeur du corps permettant d'améliorer la fluidité, la souplesse et l'amplitude des mouvements. Cette série est accessible à tous participants, débutants ou pratiquants confirmés.

QGPS1 PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CHINOISE, PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 1.

BOIS - FEU 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna, Véronique Austruy

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 17h

DATES 14-16 janvier 2022

Dans ce séminaire sont abordés les 5 éléments sous l'angle des constitutions chinoises et des tempéraments avec l'étude de leurs fragilités physiques et psychiques. Les plantes occidentales, les huiles essentielles et les élixirs floraux sont présentés sous l'angle des 5 éléments dans le but d'équilibrer les émotions et les somatisations, complétés par les exercices de Qi Gong appropriés.

Ma Wang Dui 1 : Bois-Feu.



QGPEDA PÉDAGOGIE APPLIQUÉE 20H

ANIMÉ PAR Véronique Austruy,

Hélène Zimmermann

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 28-30 janvier 2022

Réservé aux élèves en 3^e année de formation. Revisiter les Qi Gong acquis au cours des 3 ans d'études, perfectionner la gestuelle et surtout perfectionner la pédagogie et l'art de la transmission.

QGPS2 PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CHINOISE, PHYTOTHÉRAPIE ET QI GONG 2 TERRE - MÉTAL - EAU 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 25-27 mars 2022

Dans ce séminaire sont abordés les 5 éléments sous l'angle des constitutions chinoises et des tempéraments avec l'étude de leurs fragilités physiques et psychiques. Les plantes occidentales, les huiles essentielles et les élixirs floraux sont présentés sous l'angle des 5 éléments dans le but d'équilibrer les émotions et les somatisations, complétés par les exercices de Qi Gong appropriés. Ma Wang Dui 2 : Terre-Métal-Eau.

QGDIG HE WEI JIANG PI GONG, QI GONG POUR NOURRIR LA RATE ET ESTOMAC 20H

ANIMÉ PAR Hélène Zimmermann

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 25-27 mars 2022

Créée par Maître Zhang Guang De, HE WEI JIANG PI GONG est une forme courte d'une

douzaine de minutes, petit joyau très apprécié des pratiquants de tous niveaux, pour son efficacité pédagogique et thérapeutique. L'apprentissage des 8 mouvements s'accompagne de techniques de centrage, d'apaisement du mental et de méditation favorisant calme et santé du corps et de l'esprit.

QGANAP ANATOMIE ET BASES DU QI GONG LE PÉRINÉE 20H

ANIMÉ PAR Dominique Bouât

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 13-15 mai 2022

« Comprendre l'anatomie par le Qi Gong, comprendre le Qi Gong par l'anatomie. » Comment acquérir des mouvements justes et fluides qui facilitent la circulation du Qi. Bases physiques et énergétiques du Qi Gong : enracinement, axe, fluidité, coordination, Shen. Un séminaire annuel dont les thèmes (colonne vertébrale, appareil respiratoire et périnée) sont donnés en alternance. Les professionnels de santé peuvent remplacer ce stage par un autre de leur choix.

QGG01 QI GONG DE LA GRANDE OURSE 30H

ANIMÉ PAR Yves Réquéna

LIEU Vesseaux

HORAIRES jeudi 14h30 - dimanche 12h30

DATES 26-29 mai 2022

Bei Dou Xuan Gon, le Qi Gong mystérieux de la Grande Ourse a été créé par Ming Shan de la lignée Wu Ji au XVII^e siècle et transmis oralement jusqu'à la 7^e génération, moment où He Xiang Shi l'a rédigé. Ce Qi Gong mystérieux de la Grande Ourse a été conçu pour entrer en relation avec l'environnement et plus spécialement avec les 7 étoiles de la Grande Ourse, en capturer leur essence et la guider dans le cœur



afin d'activer le Shen, la conscience supérieure. Cette forme, rare en Occident, est composée d'une partie en mouvement, qui aborde différentes pratiques taoïstes et d'une partie en méditation assise.

“Le matin, on cueille les énergies montantes par le Qi Gong, le soir, on travaille ce que l'on a récolté par la méditation.” Ce Qi Gong ne se transmet officiellement que par les maîtres taoïstes dans les temples ou par ceux qui en ont reçu l'autorisation comme disciple, ce qui est le cas d'Yves Réquena, disciple de Maître Wang Ming Quan depuis 2010.

QGYJJ YI JIN JING 35H

ANIMÉ PAR Jean-Luc Rhiem

LIEU Nouan-le-Fuzelier

HORAIRES mercredi 14h30 - dimanche 17h

DATES 6-10 juillet 2022

Le Yi Jin Jing est la fameuse méthode transmise par Boddhidharma, moine bouddhiste venu de l'Inde (Damo) au temple de Shao Lin. Il s'agit ici de la méthode originelle, telle qu'elle est enseignée au temple Shao Lin et transmise en Europe par Andréas Beskow.

CONSEIL

Un remarquable entraînement de la structure physique pour dynamiser le tonus musculaire et assouplir les articulations.

PUBLIC

Convient aux pratiquants et enseignants des arts martiaux, aux coachs sportifs, à l'entraînement en Qi Gong des adolescents, et à toutes les personnes en bonne santé pour une bonne prévention et une optimisation des conditions physiques.

OGEVAL ÉVALUATIONS ET CERTIFICATION 20H

ANIMÉ PAR Yves Réquena

et l'équipe pédagogique

LIEU Nouan-le-Fuzelier

HORAIRES lundi 10h - jeudi 17h

DATES 15-19 juillet 2022

Le stage évaluation de 3^e année va porter sur l'ensemble des connaissances acquises pendant le cursus et comprend 3 épreuves :

- 1 examen sur la théorie apprise dans l'année sous forme de QCM,
- 1 examen de pratique libre 10 mn,
- 1 examen de mise en situation pédagogique.

Deux enseignants encadrent ces évaluations et délivrent le certificat de l'école en cas de réussite.

OQCAN2 MARCHES ANTI-CANCER DE GUOLIN 35H

ANIMÉ PAR Christophe Cadène

LIEU Nouan-le-Fuzelier

HORAIRES vendredi 14h30 - mardi 17h

DATES 15-19 juillet 2022

Cette formation théorique et pratique en deux ans a pour objectif la transmission du Qigong Anti-Cancer de Mme Guolin dans la plus pure tradition des héritiers du maître originel. À cette fin, l'enseignement est porté sur l'apprentissage des exercices spécifiques destinés au traitement des personnes souffrant de cancer.

Sont ainsi abordés les différentes marches anti-cancer (Xi-Xi-Hu), les techniques de relaxation propres à la méthode Guolin, les exercices du bâtonnet de main et du rouleau de pied, les techniques spécifiques de massage, ainsi que les techniques originales de travail des sons thérapeutiques (« Cracher les Sons ») visant à expulser la maladie.

La formation inclut également la méthode originale des « Marche des 5 Organes » de Zhang Ming Wu, l'un des disciples de Mme Guolin.



QI GONG

3^e année PROFESSEUR

QGWD2 30H	WU DANG NEI DAN GONG, QI GONG ET MÉDITATION	8-11 NOV. 2020	YVES RÉQUÉNA	VESSEAUX
QGNYG 20H	NEI YANG GONG	10-12 DÉC. 2021	HÉLÈNE ZIMMERMANN	YENNE
QGPSY1 20H	PSYCHOLOGIE ÉNERGÉ- TIQUE CHINOISE, PHYTO- THÉRAPIE ET QI GONG 1	14-16 JANV. 2022	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGPEDA 20H	PÉDAGOGIE APPLIQUÉE	28-30 JANV. 2022	VÉRONIQUE AUSTRUY & HÉLÈNE ZIMMERMANN	YENNE
QGPS2 20H	PSYCHOLOGIE ÉNERGÉ- TIQUE CHINOISE, PHYTO- THÉRAPIE ET QI GONG 2	25-27 MARS 2022	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGDIG 20H	HE WEI JIANG PI	25-27 MARS 2022	HÉLÈNE ZIMMERMANN	YENNE
QGANAP 20H	ANATOMIE ET BASES DU QI GONG - LE PÉRINÉE	13-15 MAI 2022	DOMINIQUE BOUÂT	YENNE
QGG01 30H	QI GONG DE LA GRANDE OURSE	26-29 MAI 2022	YVES RÉQUÉNA	VESSEAUX
QGS0N 20H	LES 6 SONS TAOÏSTES	10-12 JUIN 2022	YVES RÉQUÉNA & VÉRONIQUE AUSTRUY	YENNE
QGYJJ 35H	YI JIN JING	6-10 JUILLET 2022	JEAN-LUC RIEHM	NOUAN-LE- FUZELIER
QGEVAL 20H	ÉVALUATIONS & CERTIFICATION	11-14 JUILLET 2022	YVES RÉQUÉNA & ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE	NOUAN-LE- FUZELIER
QGCAN2 35H	MARCHES ANTI-CANCER DE GUOLIN	15-19 JUILLET 2022	CHRISTOPHE CADÈNE	NOUAN-LE- FUZELIER





MODULE MÉTHODOLOGIE ET PÉDAGOGIE

Pour compléter la formation initiale de professeur de Yang Sheng Qi Gong, l'IEQG a mis en place la formation **Méthodologie et Pédagogie**. Ce nouveau module constitué de trois volets est dispensé au long des trois années de formation au professorat à raison d'un volet par an.

L'objectif est de vous donner les outils pour vous épanouir dans votre activité de Qi Gong grâce à une approche professionnelle de l'enseignement. La pédagogie en constitue le socle théorique et la méthodologie en est la partie pratique. Ces parties théorique et technique seront complétées et concrétisées par les différents intervenants chacun dans leur spécialité au cours de leurs interventions et par le module pédagogie appliqué.

Nous aborderons sur trois ans les différents éléments qui vous permettront de construire et d'animer vos progressions et séances.

MONITORAT DE QI GONG

- ▶ Créer ses progressions et ses séances.
- ▶ Animer ses séances.

PROFESSEUR ASSISTANT DE QI GONG

- ▶ Les bases de la pédagogie.
- ▶ L'adulte en apprentissage.
- ▶ Bases psychologiques et neurosciences pour la formation.

PROFESSEUR DE YANG SHENG QI GONG

- ▶ La gestion des personnalités difficiles.
- ▶ Progression et séquence d'animation d'un module de formation.
- ▶ Les publics particuliers.

Chaque année, vous recevrez le support écrit à étudier chez vous suivi d'une évaluation (souvent sous forme de QCM) des connaissances acquises. La réussite de ce QCM validera la session de l'année.





NIVEAU SUPÉRIEUR - CYCLE EXPERT

Niveau supérieur de spécialisation, diversification pluridisciplinaire des compétences propres à assurer l'exercice du Yang Sheng Qi Gong®, selon notre définition élargie et adaptée au monde contemporain. Ces stages proposent une thématique de réalisation personnelle et professionnelle ; on y

travaille l'approfondissement et l'affinement des fondamentaux de la pratique et l'art de les transmettre. Sont abordés spécifiquement les thèmes :

- › enracinement et assurer sa confiance,
- › l'axe et l'intention juste,
- › la fluidité et la souplesse...



LES OBJECTIFS

Être présent dans différentes localisations du corps pour éveiller les actions physiologiques et organiques.

Renforcer les capacités d'autorégulation de soi en cas de désadaptation et de stress.





LES SÉMINAIRES

QGEYS5 CENTRE. LES 6 DIRECTIONS 20H

ANIMÉ PAR Hélène Zimmermann

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 15h - dimanche 12h

DATES 8-10 octobre 2021

Dans le cadre de l'étude et l'approfondissement des fondamentaux du Qi Gong dans la pratique personnelle et dans l'enseignement du Qi Gong, ce stage éclaire tout particulièrement la notion de centre, son ressenti, sa mise en mouvement et son expansion dans les 6 directions.

du Qi Gong, ce stage concerne l'expression du Qi dans le Yin-Yang, la polarisation et l'équilibre mouvant de cette interaction qui guide notre pratique vers l'expression juste des 5 mouvements (5 éléments).

QGEYS7 BA GUA 20H

ANIMÉ PAR Hélène Zimmermann

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 13-15 mai 2022

Dans le cadre de l'étude et l'approfondissement des fondamentaux du Qi Gong dans la pratique personnelle et dans l'enseignement du Qi Gong, ce stage traite tout particulièrement de la symbolique des 8 Trigrammes et leur intégration dans la pratique du Qi Gong ainsi que l'importance du regard et le placement de la conscience.

QGEYS6 YIN YANG 20H

ANIMÉ PAR Hélène Zimmermann

LIEU Yenne

HORAIRES vendredi 14h30 - dimanche 12h

DATES 14-16 janvier 2022

Dans le cadre de l'étude et l'approfondissement des fondamentaux du Qi Gong dans la pratique personnelle et dans l'enseignement

QIGONG

4^e année - option EXPERT YANG SHENG

QGEYS5	20H	CENTRE. LES 6 DIRECTIONS	8-10 OCTOBRE 2010	HÉLÈNE ZIMMERMANN	YENNE
QGEYS6	20H	YIN YANG	14-16 JANVIER 2022	HÉLÈNE ZIMMERMANN	YENNE
QGEYS7	20H	BA GUA	13-15 MAI 2022	HÉLÈNE ZIMMERMANN	YENNE





LA FORMATION PROFESSIONNELLE EN YANG SHENG QI GONG

1^{re} ANNÉE
135 H
6 STAGES
MONITORAT

2^e ANNÉE
270 H
6 STAGES
PROF. ASSISTANT

3^e ANNÉE
405 H
6 STAGES
PROFESSEUR

DIPLÔME DE L'ÉCOLE
PROFESSEUR DE YANG SHENG QI GONG

TUINA
270 H
2 ANS

QI GONG
APPROFONDISSEMENT
200 H - MÉMOIRE
2 ANS

EXPERT
PRATICIEN DE QI GONG
THÉRAPEUTIQUE

EXPERT
YANG SHENG
QI GONG

FORMALITÉS D'INSCRIPTION

A. CURSUS DE FORMATION

- Les inscriptions aux différents cursus (Qi Gong, Massages énergétiques chinois ou Acupuncture) de formation professionnelle relèvent du même procédé :

- La demande d'inscription se fait via notre site internet. En premier lieu, le candidat doit y joindre une lettre de motivation. Un entretien téléphonique vient obligatoirement confirmer la demande d'inscription. À la suite de quoi, un devis, et un contrat de formation reprenant tout le détail du cursus sont envoyés. L'inscription devient effective au moment où le candidat renvoie ces documents signés pour accord.

- Nous vous demandons de prendre connaissance du règlement intérieur de l'IEQG et de

notre politique tarifaire avant de renvoyer le contrat (consultables sur notre site internet).

- Cette procédure d'inscription engage donc la responsabilité contractuelle du stagiaire.

- Les personnes en situation de handicap sont invitées à prendre contact avec Catherine Echard (référente handicap au sein de l'école) direction@ieqg.com afin de voir ensemble les modalités d'accueil

- L'inscription devient effective lorsque le stagiaire retourne devis et contrat dûment signés pour accord à l'IEQG-YS, accompagnés du règlement d'un acompte de 403 euros.

- Des frais administratifs annuels sont inclus dans le devis.

B. STAGES LIBRES

- L'inscription à un stage donne lieu, de la part de l'IEQG-YS à l'émission d'un devis et d'un contrat sur lequel figure la nature de la formation, son déroulement, le nom des intervenants, la date et le lieu des cours. L'inscription devient effective lorsque le stagiaire retourne devis et contrat dûment signés pour accord à l'IEQG-YS, accompa-

gnés du règlement d'un acompte de 30%.

- Nous vous demandons de prendre connaissance du règlement intérieur de l'IEQG et de notre politique tarifaire avant de renvoyer le contrat.

- Cette procédure d'inscription engage donc la responsabilité contractuelle du stagiaire.



C. PRISE EN CHARGE OPCO

- L'Institut Européen de Qi Gong est un organisme de formation professionnelle depuis 1990, enregistré auprès de la DIRECCTE de la Préfecture de région Provence-Alpes-Côte-d'Azur sous le numéro 93-13.03757.13. Ce qui signifie que l'Institut Européen de Qi Gong respecte pleinement ses obligations administratives et légales et est donc habilité par l'état à dispenser une formation professionnelle.

- Cet enregistrement ne vaut pas agrément par l'État.

- Nous sommes à votre disposition pour vous aider à remplir les dossiers de demande de prise en charge auprès de votre OPCO. Il vous appartient de vous renseigner auprès de votre OPCO concernant les documents nécessaires à la demande : devis, convention de formation, calendrier et déroulé pédagogique. Veuillez toutefois à respecter les délais qui vous sont impartis.

- Les formations sont en cours d'éligibilité au CPF (Compte Personnel de Formation).



Depuis 2017, nous sommes agréés par Datadock. Cette référence garantit aux financeurs que l'IEQG répond aux exigences de qualité d'enseignement définies par les textes de loi régissant la formation professionnelle.



L'IEQG a obtenu le label QUALIOMPI le 23 décembre 2020. L'IEQG, pionnière dans l'enseignement du Qi Gong en France, est à nouveau pionnière dans l'officialisation de la formation professionnelle dans ce domaine et offre aux étudiants la crédibilité du label QUALIOMPI.

Ce gage de qualité et de mise en conformité facilite la prise en charge du coût de formation par les organismes financeurs comme l'AFDAS, le FIFPL, l'AGEFICE, l'AGEFIPH pour les salariés et indépendants ou Pôle emploi pour les demandeurs d'emploi.

D. INFOS PRATIQUES

- Les stages ont lieu en résidentiel, les frais d'hébergement en pension complète (du dîner du vendredi soir au déjeuner du dimanche) sont en sus. Menus sans gluten végétarien sur demande (remplir la fiche logement jointe au devis). Les stages de l'Institut ont lieu au sein de structures d'hébergement dont vous trouverez les détails dans le dossier d'inscription et sur la page

www.ieqq.com/ieqq-le-centre-de-formation/ieqq-nos-lieux-de-formations/

- **NAVETTE** : une navette gratuite est organisée de la gare de LYON PART-DIEU au CLOS des CAPUCINS. Ne pas oublier de cocher la case prévue à cet effet sur la fiche logement.
- Une convocation, reprenant le lieu et horaires de stage, est envoyée à chaque participant une dizaine de jours avant le stage.



POUR S'INSCRIRE

MERCI DE REMPLIR LE FORMULAIRE CI-DESSOUS EN INDIQUANT VOTRE CHOIX.
NOUS VOUS RENVERRONS LE DEVIS ET LE CONTRAT CORRESPONDANTS.

IL EST AUSSI POSSIBLE DE VOUS INSCRIRE EN LIGNE SUR LE SITE
WWW.IEQG.COM

DANS LE CADRE D'UNE INSCRIPTION À UN CURSUS DE FORMATION
PROFESSIONNELLE, UNE LETTRE DE MOTIVATION DOIT ÊTRE JOINTE
À LA DEMANDE DE DEVIS.

L'INSCRIPTION SERA DÉFINITIVE À LA SUITE DE L'ENTRETIEN TÉLÉPHONIQUE ENTRE LE POSTULANT ET UN DES MEMBRES DE L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

FICHE DE RÉSERVATION

NOM PRÉNOM

SEXE DATE DE NAISSANCE

PROFESSION ACTUELLE ADRESSE

TÉL. FIXE PORTABLE

MAIL

YANG SHENG QI GONG

- CURSUS 1^{RE} ANNÉE - MONITORAT
- CURSUS 2^E ANNÉE - PROFESSEUR ASSISTANT
- CURSUS 3^E ANNÉE - PROFESSEUR

CYCLE EXPERT

- EXPERT PRATICIEN QI GONG THÉRAPEUTIQUE - TUINA
- EXPERT YANG SHENG QI GONG

INTITULÉ DU STAGE

.....



TARIFS

Le coût de chaque année en cursus professionnel est de 1890 euros sur la base de 135 h. Au-delà, chaque heure sera facturée 14 euros.

Le coût du stage suivi en tant qu'auditeur libre est de :

300 euros pour un stage de 20 h,

450 euros pour un stage de 30 h,

525 euros pour un stage de 35 h.

PLUSIEURS CHOIX DE MODES DE RÈGLEMENT

- 3 RÉGLEMENTS DE 603 EUROS
- ACOMPTE DE 383 EUROS PUIS PAIEMENT À CHAQUE STAGE
- PAR PRÉLÈVEMENTS MENSUELS (JUSQU'À 12)

*MERCI DE SE RAPPROCHER
DE CATHERINE ÉCHARD (DIRECTION@IEQG.COM)*

Pour toute inscription à un cursus de formation, il convient d'établir un chèque de 135 euros, au titre de frais administratifs (pour les détails, voir l'onglet Frais administratifs). Les frais sont à régler chaque année.

NB : en vertu de l'article art. 261-44-a, 5° alinéa du Code Général des Impôts, nos tarifs sont exonérés de TVA.

STAGES DE 20H

Ba Duan Jin, Méridiens 1, Méridiens 2, Anti-âge 1, Anti-âge 2, Psychologie 1, Psychologie 2, Les 6 sons taoïstes, Anatomie appliquée au Qi Gong, Nei Yang Gong, Tonification générale, 6 harmonies, Diététique chinoise 1, Diététique chinoise 2, Cardio-vasculaire, La fille de Jade.

STAGES DE 30H

Wu Dang 2, La Grande ourse, Oie sauvage, Éternel printemps.

STAGES DE 35H

Wu Dang Yang Sheng Gong, Les Marches anti-cancer de Guolin 1, Les Marches anti-cancer de Guolin 2.

J'ACCEPTÉ QUE LES INFORMATIONS ÉCRITES (OU SAISIES) DANS CE FORMULAIRE SOIENT UTILISÉES

POUR LE TRAITEMENT DES ADHÉSIONS

POUR LA GESTION DE LA RELATION ENTRE LES ADHÉRENTS (COMMUNICATION DE VOS COORDONNÉES, MAIL, TÉLÉPHONE AUX MEMBRES DE L'IEQG, COVOITURAGE, ÉCHANGE D'INFORMATIONS, ETC.)



présente sur
les lieux de stage

Librairie matin clair

qi gong  massages  mtc
livres  dvd  audios

ouvert du mardi au jeudi de 9h-12h30 et de 14h30-18h

943 ROUTE DU CHEF-LIEU - 07140 LES ASSIONS

Tél. 06 89 19 24 64

matins-clairs.com



INSTITUT EUROPÉEN

de Qi Gong et Yang Sheng

Tél. 06 15 28 72 58
courriel : info@ieqg.com

