

## Stage avec Hélène ZIMMERMANN

# Progresser dans la pratique et sa transmission

**Les 13 et 14 janvier 2024**

Attention : clôture des inscriptions le 6 janvier

Le stage aura lieu à  
« LYON ARTS DANCE CENTER »

Passage Faugier - 69007 Lyon

Les horaires sont de 10h à 17h30 le samedi et de 9h à 16h30 le dimanche.

---

### Présentation du stage

---

## **Ce stage se consacre à l'approfondissement de la pratique et de la pédagogie du Qi Gong.**

Qu'est ce qui fait une bonne pratique de Qi Gong, sur quoi s'appuie-t-on pour progresser, où en est la pratique personnelle avec ses révélations, questionnements, difficultés ? Comment suivre ses Maître en développant chacun sa voie propre et développer la qualité de son propre enseignement ?

Nous explorerons ensemble ces questions et celles abordées par les stagiaires, sur le plan de la pratique personnels et dans le cadre de la transmission

Ce stage s'adresse aux personnes ayant l'intention de passer l'examen de l'UP ou un examen de Qi Gong dans une structure équivalente.

Il s'adresse aussi aux personnes désireuses de progresser dans leur parcours en partageant leurs pratiques avec leurs pairs et en réfléchissant collégialement à leur rapport à la pratique et à l'enseignement.

---

## Hélène Zimmermann

---

Je pratique le Tai Ji Quan et le Qi Gong, depuis 1993 et je suis formée aux arts martiaux par Maître Chau Wei Son dont j'ai suivi l'enseignement durant 18 ans (Tai Ji Quan, Nei Gong, Qi Gong, combat main nue, sabre, épée, bâton ...).

Diplômée et enseignante de l'Institut Européen de Qi Gong et diplômée de la Fédération Européenne de Qi Gong et Arts Énergétiques. Tout en restant membre de l'UPQG, j'ai démissionné de fonctions dévoreuses de temps (membre Comité d'Administration et du Conseil Technique pendant 10 ans) pour me consacrer davantage à la pratique.

J'ai enseigné avec passion et patience en cours hebdomadaires, ateliers et stages en Cévennes de 1997 à 2021, à l'IEQG en séminaires de formation et dans divers endroits sur la planète bleue où rencontres et affinités me mènent.

Mes recherches m'ont menée il y a quelques années grâce à Yves Réquena, à rencontrer des Taoïstes religieux qui vivent en Temple ainsi que des Taoïstes civils dont la plupart sont passés par les Temples et ont eu des maîtres appartenant à une lignée ... ou des maîtres n'appartenant pas à une lignée mais appartenant à la tradition taoïste... ces parcours sont de beaux exemples de la fidélité taoïste à la variété d'expériences et la pluralité des approches !

Disciple de Huan Shi Zhen depuis 2010, je suis les enseignements de Catherine Despeux, Shi Jing, Karine Martin...

Par la généreuse ouverture de cette dernière, j'ai aussi rencontré d'autres maîtres, ethnologues, historiens et chercheurs passionnants. C'est en Chine tout d'abord puis auprès de Karine que je suis entrée en lien avec la culture, les façons d'être, les façons de faire (ou de ne pas faire !) les préceptes, les poèmes... et en fait la vision et les pratiques taoïste qui nourrissent mes hasardeuses évolutions.

Je prends actuellement une bonne et longue année (semi) sabbatique : plus de cours hebdo, je ne donne plus d'ateliers en Cévennes que 4 fois l'an. Néanmoins, j'enseigne toujours à l'IEQG, et je reçois quelques personnes dans le Cher où je demeure depuis janvier dernier.

<http://ametao.org/>

---

## Prix et conditions de réservation

---

Pour les adhérents, le montant demandé est de 160€ pour deux jours de stage.

**Une inscription à un stage vous (et nous) engage !**

**Veillez prendre connaissance de ce qui suit**

1. Si le 30 décembre 2023 le nombre d'inscrits est de moins de 10 personnes, le stage sera annulé et les personnes inscrites seront remboursées (joindre un RIB par mail si vous avez opté pour un règlement par virement sur le compte de l'Union Pro).
2. Votre inscription sera effective à réception de votre règlement que vous pourrez faire :
  - sur Helloasso avec le lien :  
<https://www.helloasso.com/associations/union-pro-qi-gong/evenements/stage-anime-par-helene-zimmermann-progresser-dans-la-pratique-et-sa-transmission>  
L'Union Pro fait des dons à Helloasso donc au moment de régler vous n'êtes pas obligés de contribuer à son fonctionnement.
  - ou par virement sur le compte de l'Union Pro Qi Gong :  
IBAN : FR76 1027 8079 4900 0204 5210 123  
**en précisant impérativement dans l'objet du virement : STAGE JANVIER ainsi que votre NOM et PRENOM.**

Vous recevrez une confirmation par mail avec les renseignements utiles (adresse précise, plan d'accès, etc.).
3. En cas d'annulation de votre part, non justifiée par un empêchement de force majeure il sera retenu du 50% du montant de votre règlement. En cas d'absence pour cause de force majeure il vous sera demandé un certificat médical ou autre document attestant de votre incapacité à participer au stage. Le montant du stage vous sera alors remboursé.

**Les stages sont ouverts à tous.**

Si vous n'êtes pas adhérent et que vous souhaitez participer au stage vous devez envoyer par mail au secrétariat des précisions sur votre parcours en Qi Gong.

Un supplément de 50 euros est demandé par rapport au tarif adhérents, soit 210 euros.

---

**POUR TOUS RENSEIGNEMENTS CONTACTEZ LE SECRETARIAT**

**Tel. 06 87 20 70 37 ou par mail : [unionproqigong@free.fr](mailto:unionproqigong@free.fr)**