

PROGRAMME FORMATION PRÉSENTIEL



FORMATION QI GONG

Objectifs de formation

Suite à cette formation, les élèves seront capables de :

- **1/** Déterminer quels mouvements choisir en fonction du type de pathologie à soulager
- **2/** Localiser « exactement » un Point d'acupuncture (sur le corps) et connaître le trajet d'un Méridien
- **3/** Choisir le protocole de médiation corporelle adéquat pour rétablir ou rééquilibrer l'énergie d'un individu
- **4/** Associer les « sons curatifs aux mouvements pour agir sur un Organe
- * **5/** Connaître parfaitement tous les types de respirations existantes et dans quelles circonstances les employer
- * **6/** Connaître les bases théoriques de la médecine chinoise et leurs grands principes
- * **7/** Entamer une formation professionnelle et obtenir un diplôme pour enseigner le Qi Gong

Il existe aujourd'hui 2 filières diplômantes : les écoles qui sont affiliées à la FFWushu aemc et les organismes de formation affiliés à FEQGAE

Public visé et prérequis

- **Public visé :** Toute personne désireuse d'apprendre une méthode de bien-être pour ses besoins personnels ou De changer de Métier et se lancer dans une nouvelle activité en enseignant le Qi Gong,
- **Prérequis :** savoir lire et écrire

Objectifs pédagogiques et contenu de formation

- **1/ Théorie de la MTC** (Médecine Traditionnelle chinoise)
 - * Qu'est-ce que le Qi Gong
 - * Le QI (différentes formes)
 - * Les différentes énergies
 - * Wu Ji, Yin/ Yang, les 5 éléments
 - * Organes et entrailles (Zang Fu)
 - * Les méridiens extraordinaires
 - * Les méridiens principaux
 - * Le Dan Tian(Vrai / Faux)
 - * Le Ming Men
 - * Les trois Trésors (Jing, Qi, Shen)
 - * Les trois Foyers
 - * Kan et Li (rapport avec Yin et Yang)
 - * Les différentes respirations
 - * YI / XIN (définition, importance, rôle...)

•Pratique :

- * 2 Qi Gong (une forme "douce" et une "dure") permettant de bien cibler la différence fondamentale d'approche dans les bienfaits de ces formes différentes
- * Des Modules spécifiques entrant dans le domaine du Qi Gong Médical, en allant en profondeur travailler différents Organes grâce à la Médiation corporelle accompagnée de respirations spécifiques et de "Sons" adéquats permettant d'éliminer bon nombre de pathologies , même les plus lourdes.
- * Une approche légère du « Qi Gong Martial » et du « Qi Gong thérapeutique
- * Une mise en condition de passage à l'examen tel pratiqué au sein de la Fédération Faemc (fédération des arts énergétiques et martiaux chinois)

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre

Moyens pédagogiques :

- * Possibilité d'avoir les supports numériques (DVD de pratique et PDF filmés et commentés de cours)
- * Références de livres de grand Maîtres de Qi Gong
- * Jeux de rôles sur des pathologies vécues ou récurrentes dans la population (trouver le bon Qi Gong)

Modalités d'évolution :

- * Suivi régulier 2 matinées par mois (révisions des formes apprises et approfondissement des techniques)

Moyens techniques :

- * Site Web avec page spéciale de téléchargement (si besoin support numérique)
- Rétro projecteur « PHILIPS (PICOPIX 4935) » en HD 720P» (pour Power point)
- * Paper Board (tableau et markers)
- * Des feuilles tests pour évaluation des connaissances acquises
- * Documentation fournie (100 Pages)
- * Livres spécifiques MTC

• Moyens d'encadrement :

Francis Jacquet (Ah Long de son nom chinois) a débuté les arts martiaux avec son père à l'âge de 8 ans. En 1972 il rencontre Li Ho Fat qui deviendra son maître et lui apprendra différentes méthodes de Quan Fa (boxe chinoise) dont une méthode de combat de la communauté Hakka dont il fait parti et le Tang Lang Quan (Boxe de la Mante religieuse).

Francis deviendra très vite expert de cette technique redoutable et travaillera de concert le panel des armes traditionnelles chinoises que contient le Wu Shu, il excellera particulièrement dans les armes de jet, le Nunchaku et l'épée.

Durant les années 75 et 76, il accompagnera avec son maître l'équipe volante du Viet Vo Dao dans différentes Villes de la France pour aider à développer cet art avec les Maîtres N'Guyen Dao, Do long, Phi Long etc....

Durant 8 ans il apprendra les méthodes Nghia Long et Thanh Long auprès de maîtres fondateurs du mouvement fédéral de l'époque.

Il participera aussi à la grande démonstration de 1975 à Paris devant les 3000 spectateurs et le ministre

De la jeunesse et des sports, qui avait pour but de faire reconnaître officiellement la fédération de VVD

Il peaufine son parcours martial et étudie plusieurs styles ,tels : Jeet Kune Do, Choi Lee Fut, Shaolin Kempo, Karaté...etc... afin de mieux connaître les arts martiaux et se réaliser.

Très proche de la communauté chinoise dans les années 90, il enseignera à la "congrégation chinoise de « Tamatave » à Madagascar et apprendra la langue chinoise avec le consul de chine en place.

En 2002 il obtiendra sa licence Universitaire de langue chinoise. Durant des années il côtoiera des maîtres de Tai Ji Quan ou de Quan shu et apprendra l'Acupressure avec le docteur HE.

C'est tout naturellement que ses recherches dans les Arts traditionnels chinois l'orientent vers la pratique du Qi Gong martial avec "la chemise de fer" et à cette même époque il élabore sa propre technique qui s'enrichit au fil du temps des aspects internes et énergétiques pour devenir la méthode complète connue désormais sous le nom de " MING DAO QUAN" (boîte de la voie de la Lumière).

Il se rallie au mouvement fédéral en 2008 et depuis est titulaire du DEJEPS (diplôme d'état) en Qi Gong 4ème Duan Qi Gong, 4ème Duan Wu Shu et 3ème Duan Tai Ji Quan avec les diplômes fédéraux correspondant.

Ancien Responsable technique régional du comité Wu Shu Réunion et Juge de passages de Grades dans les 3 disciplines (Énergétiques, internes et externes)

***Les moyens d'organisation, d'accompagnement ou d'assistance, pédagogique et technique, mis à disposition du stagiaire :**

*Possibilité de contacter le formateur par Téléphone, Mail, Skype

*Prise de rendez-vous personnel (entretien au centre)

*Possibilité de support numérique

*Rendez-vous mensuel (2 matinées de remise à niveau et questions) en centre ou en plein air

Moyens permettant le suivi et l'appréciation des résultats

• Suivi de l'exécution : Feuilles de présences signées par l'élève et le formateur par demi-journée

Modalités d'évaluation :

* Évaluation formative tout au long de la formation

* Test final (théorique et pratique)

* test de mise en situation de passage de grades, devant Jury

*Un questionnaire d'évaluation de la formation (à chaud) et d'impact de cette formation (à froid) à renvoyer 2 mois après la formation au Formateur par mail et d'évaluation de la satisfaction des moyens de formation

Modalités d'Accessibilité

Toutes nos formations sont accessibles à tout le monde, Si vous êtes une personne porteuse de Handicap, l'OF évaluera la situation et remédiera dans sa possibilité à cette situation si toutes fois cela s'avère possible, Un organisme spécialisé dans ces cas, sera mis en avant,

Modalités d'inscription :

(L'OF RUN ENERGIE, privilégie l'entretien en présentiel dans la mesure du possible, ce qui permet d'évaluer les besoins du candidat au regard de la Formation).

A réception de l'inscription (*bulletin disponible sur le site*) effectuée par courrier électronique ou par téléphone, nous vous adressons par retour, un email, de confirmation d'inscription avec le règlement intérieur, un contrat de formation en 2 exemplaires, une plaquette de présentation du lieu de la formation et les modalités d'accès, le programme de formation indiquant le lieu et la date de la session retenue.

Si votre formation fait l'objet d'une demande de prise en charge par votre OPCA, merci de nous en informer au moment de votre inscription. N'hésitez pas à nous contacter pour toute demande d'information complémentaire.

Date limite d'inscription : 5 jours ouvrés avant la formation et dans la mesure où il reste des places.

Délai de lancement

Le lancement de nos formations s'effectue au plus tard dans les 5 jours suivant la validation du dossier.
Formalisation de la formation :

*Une attestation de formation individuelle sera établie pour chaque participant à l'issue de la formation

• **Durée totale de la formation** : 80 heures en centre, en présentiel et en plein air

***Horaires** : 8.30 /17/30

* **Rythme** : en continu (10 jours) Possibilité selon promotion d'aménager la formation (voir avec le formateur)

* **Mode d'organisation pédagogique** : Présentiel

* **Lieu de formation** : En centre et en plein air

Tarifs : Les tarifs sont susceptibles de changer, mais sont tous à jour pour chaque nouvelle formation sur la page web

<https://www.artsdesante.com/qi-gong/formation-presentiel-qi-gong/%20formation-qi-gong-en-presentiel>

RUN ENERGIE- Siège Social : 110 rue des Bleuets Saint-André 97440

OF référencé Qualiopi

Numéro de déclaration d'activité : 04973220897 délivré par préfecture de la Réunion

Numéro SIRET : 809455801 - Code NAF : 8551Z

Contact : 0692 26 59 86 - Email : jacquetfrancis@hotmail.fr

Programme Formation : Mise à jour le 01/10/2022

