



Pierre Boogaerts
formateur



Léon Bernier



Carole Cajolet



Yvan Désautels



Pierre Lambert



Lucie Lapointe



Inès Périlleux

Destinée à tous ceux qui désirent approfondir l'Art du Chi pour eux-mêmes, la Formation personnelle est donnée par les *Professeurs délégués* et par les *Formateurs* de l'École de la Voie intérieure.

On y approfondit toutes les techniques de base enseignées lors des cours hebdomadaires.

Le programme comprend des ateliers de fins de semaines et des semaines complètes pendant lesquels on prend le temps d'aller plus loin dans les techniques et ainsi de véritablement pénétrer l'esprit de notre art.

La Formation personnelle est également un préalable indispensable à la formation d'enseignant de l'Art du Chi selon la Méthode Stévanovitch.

La formation personnelle est offerte :

- *par le formateur*, au Centre Pierre Boogaerts, sous forme de stages d'immersion, week-ends de 3 jours et stage d'été;
- *par les professeurs délégués*, dans plusieurs régions, selon diverses formules.

▪ Cette formation s'adresse aux élèves engagés depuis un certain temps déjà dans la pratique de l'Art du Chi.

▪ Les professeurs délégués organisent des ateliers thématiques. Certains proposent un cycle annuel. D'autres formules sont aussi possibles, dont des séances privées. Les stages d'immersion donnés au Centre Pierre Boogaerts offrent également chaque année le programme complet de la formation.

▪ Le programme est prévu sur une durée de 3 ans, au rythme de trois semaines par an (ou l'équivalent), dont une semaine d'immersion avec le formateur. La formation inclut également une participation annuelle au Grand stage d'été.

▪ Il est entendu que la durée nécessaire à l'acquisition des techniques incluses dans le programme de formation personnelle est variable selon le temps dont disposent les participants, le nombre de stages auxquels ils participent et leur ancienneté en cours hebdomadaires ou autres.

Les tarifs varient selon les formules proposées.

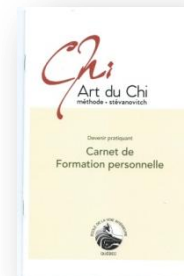
Aperçu du programme

Techniques au sol

Prise en main du Tantien
Techniques de respiration
Techniques de détente et de relaxation
La Petite circulation
La posture assise

Techniques debout

Apprentissage des principes de base
Apprentissage et pratique des formes (les 11 exercices de santé, les 24 postures, la forme de Maredret)
La respiration dans la forme
Les 4 temps du mouvement
Le Kirikido



Un carnet liste les techniques de base et permet ainsi à l'élève de se situer et de noter son évolution afin de mieux compléter sa formation.

L'enseignement est personnalisé, une attention particulière étant portée à guider chacun-e selon ses besoins.



Approfondir sa pratique en suivant le programme de

Formation personnelle



www.artduchiquebec.com

PROGRAMMATION 2018 - 2019

ENSEIGNANTS	LIEU	DATES	HORAIRES	ADRESSE	INFORMATIONS INSCRIPTIONS
Pierre Boogaerts, Carole Cajolet et Lucie Lapointe	Ulverton (Estrie), Centre Pierre Boogaerts	Voir la programmation des stages d'immersion et des week-ends de 3 jours sur le site : www.artduchiquebec	9h30 à 12h30, 15h à 18h Stages d'immersion : Samedi au jeudi (relâche le mardi après-midi)	Centre Pierre Boogaerts 330, ch. Lisgar Ulverton JOB 2B0 <i>Possibilité d'hébergement</i>	(819) 826-2020 1 (888) 922-1146 (sans frais) centrepb@artduchi.com
Léon Bernier	Sainte-Anne-des-Lacs	29 - 30 septembre 27 - 28 octobre 17 - 18 novembre 2019 : à déterminer	9h30 à 12h30, 14h à 17h	17, ch. des Érables Sainte-Anne-Des-Lacs JOR 1B0	(450) 224-0189 leonlinda@artduchi.com
Carole Cajolet	Bic, Rimouski	21 - 22 octobre 18 - 19 mai 29 juin au 2 juillet	9h30 à 12h30, 15h à 17h15	Domaine Floravie 100, route Santerre Rimouski GOL 3B0 <i>Possibilité d'hébergement</i>	(819) 826-2004 carolecajolet@artduchi.com
Yvan Désautels	Abitibi Montérégie	Cours privés	Sur demande		(450) 777-7065 ydesautels@artduchi.com
Pierre Lambert	Shawinigan	12 - 13 janvier 9 - 10 février 30 - 31 mars 11 - 12 mai	9h30 à 12h30, 14h à 17h	253, 3 ^e rue de la Pointe (local 319-320) Shawinigan G9N 1H5	(819) 532-2711 pierrelambert@artduchi.com
Lucie Lapointe	Montréal Ulverton	Cours privés, en marge des stages d'immersion au Centre Pierre Boogaerts (voir ci-dessus) et à mon domicile à Montréal	Sur demande	Centre Pierre Boogaerts et 3500, av. Ridgewood Montréal H3V 1C2	(438) 496-3949 lucielapointe@artduchi.com
Inès Périlleux	Longueuil, Centre Côté Sud	29 - 30 septembre 23 - 24 février 27 - 28 octobre 30 - 31 mars 24 - 25 novembre 27 - 28 avril 26 - 27 janvier 25 - 26 mai	Samedi : 15h à 18h, 19h30 à 21h Dimanche : 9h30 à 12h30, 14h30 à 17h30	Centre Côté Sud 212, rue Régent Greenfield Park J4V 2V4 <i>Possibilité d'hébergement</i>	(450) 646-5565 cotesud@artduchi.com