

De janvier à août 2026

LES STAGES AU CENTRE

11 exercices et 24 postures (*fait partie de la Formation personnelle*)
WE 23–24–25 mai 2026

Relaxation (tous) (*fait partie de la Formation personnelle*)
WE 28–29–30 mars 2026

Relaxation et Tantien (et posture) (*fait partie de la Formation personnelle*)
WE 31 janv.–1–2 fév. 2026

Respiration et revitalisation (tous) (*fait partie de la Formation personnelle*)
WE 3–4–5 janvier 2026

108 postures – 3^e section
Stage du 11 au 16 avril 2026

108 postures et Sons porteurs de Chi
Stage du 14 au 19 février 2026

127 postures et Sons porteurs de Chi
Stage du 14 au 19 mars 2026

Révision 11, 24, 108, 127 (*Enseignants, avant le Grand stage d'été, et élèves avancés*)
Stages du 13 au 18 juin 2026

LES VENDREDIS DE PIERRE (via Zoom)

« Quoi ? »

- Série de 8 cours, niveau 108 et 127, **du 16 janvier au 27 février 2026**

Thèmes à définir

- Série de 8 cours, niveau 108 et 127, **du 20 mars au 8 mai 2026**

LA JOURNÉE PORTES OUVERTES

Le 3 mai 2026 (Tous niveaux)

LE GRAND STAGE D'ÉTÉ 2025

Du 18 juillet au 6 août 2026 (Tous niveaux)

FORMATIONS PAR ABONNEMENT

Des outils uniques dans l'École qui vous permettent de bénéficier de l'enseignement d'un formateur tout en restant chez vous. Vous composez votre menu, à votre rythme, selon vos centres d'intérêt et le temps dont vous disposez. Ces formations sont conçues pour accompagner les cours hebdomadaires et approfondir votre pratique.



- **Qi Gong : les 11 exercices de santé** – cliquez pour détail
37 séances, de 5 à 25 minutes.
20 \$/mois



- **Tai Ji Quan : Les 24 postures** – cliquez pour détail
40 chapitres incluant 32 vidéos de 5 à 21 minutes.
25 \$/mois



- **Tai Ji Quan : Les 108 postures** — cliquez pour détail
30 vidéos de 5 à 52 minutes et une nouvelle section : Le Chi dans le Tai Chi.
Deux formules : 25 \$/mois ou 225 \$/an



- **Tai Ji Quan : Les 127 postures** — cliquez pour détail
Des vidéos de 5 à 55 minutes. Une section : Le Chi dans les 127 avec des cours de Chi en audio.
Deux formules : 30 \$/mois ou 300 \$/an



- AUDIO 1 – La manipulation du Chi – Les débuts : Respiration, ventilation, relaxation, Tantien et souffle** – cliquez pour détails

Une seule formule : 200 \$/an



- AUDIO 2 – La manipulation du Chi – Le Tantien, la posture, la circulation du Chi dans le Petit circuit** – cliquez pour détails

Une seule formule : 300 \$/an