

## Stage de découverte de Taiji & Qi Gong à l'Espace Longuenée



*Beaucoup de personnes découvrent cette activité pour la première fois*

Ce premier stage de découverte de Taiji & Qi Gong, organisé par l'association Akti'Zen a été un véritable succès, une grande satisfaction pour Danièle et Joël Panhelleux qui anime l'association depuis sa création en 2010.

L'association a fait appel à Jocelyne Boisseau enseignante en Taiji & Qi Gong en Allemagne pour animer la journée du 4 mai à l'Espace Longuenée.

Jocelyne Boisseau : le Qi Gong et le Taiji l'accompagnent depuis plus de 20 ans. Formation professionnelle dans l'art du mouvement traditionnel chinois et études théoriques de base en médecine chinoise, au Centre international Laoshan de Médecine Traditionnelle Chinoise et d'Arts martiaux internes avec le professeur Qingbo Sui et Lena Du Hong, thérapeute en Qi Gong.

La vingtaine de personnes présentes a apprécié la matinée de découverte du Qi Gong avec pour thème central « les huit pièces de Brocart », puis l'après midi de Taiji sur « la forme de Pékin » ; l'ensemble présenté avec notamment un mélange équilibré de professionnalisme et de simplicité dont seule Jocelyne a le secret.

Le pique-nique du midi a été l'occasion de présenter « la Taiji Rouli Ball », une activité complémentaire à la pratique du Taichi que l'association souhaite faire connaître dans les saisons à venir.

À la fin de la journée tout le monde a remercié Jocelyne en lui donnant rendez-vous au mois de Juillet pour un stage d'une semaine qu'elle organise dans le Périgord ou pourquoi pas, à nouveau, l'année prochaine en Anjou.

La moitié des stagiaires présents, extérieurs à l'association, ont été agréablement surpris en découvrant les locaux de l'Espace Longuenée.