



JOURNÉES DE PRATIQUE À DEUX

27 et 28 septembre 2025

Ces deux journées organisées par le Comité régional FFAEMC Bretagne Pays de la Loire mettent à l'honneur les pratiques à deux. Elles se placent dans le prolongement du Tuishou tout en élargissant le principe des "mains collantes" à la possibilité de travailler un véritable enchaînement dans l'espace, ou bien des techniques isolées, ou encore de démontrer l'aspect énergétique dénué de l'aspect martial.

Toutes les disciplines AEMC s'y trouvent représentées, qu'elles soient énergétiques, martiales, de pratiques associées, internes ou externes.

L'axe choisi est celui de la sensibilisation aux fondamentaux des différentes méthodes réalisées à mains nues, ou avec arme, ou avec accessoire (épée, bâton, longue perche, raquettes chinoises...), et avec partenaire.

Événement ouvert à tous : pratiquants en devenir, débutants, avancés, experts, licenciés FFAEMC ou non.

17h-18h
Clôture avec
DÉMONSTRATIONS
réalisées par les
intervenants et les
enseignants Ffaemc
présents à ces journées

PROGRAMME

Elven

Samedi 27 septembre 2025

09h30 - 10h45	Qi gong, par Béatrice Ariaux	ARTS ÉNERGÉTIQUES CHINOIS (AEC)
	Roliball, par Annick Nicot et Guylaine Le Kernec	ACCESSOIRES - ARTS ASSOCIÉS
11h00 - 12h15	Taiji Quan Wudang Practical, par Dominique Robin	ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)
	Wing Chun, par Patrice Rousselin	ARTS MARTIAUX CHINOIS EXTERNES (AMCX)
14h00 - 15h15	Épée, par Hervé Marest	ARMES - ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)
	Kung-Fu, par Fred Nègre	ARTS MARTIAUX CHINOIS EXTERNES (AMCX)
15h30 - 16h45	Bagua Zhang, par Nicolas Jullien	ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)
	Bâton long de Taiji, par Pascal Perrault	ARMES - ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)

Maël-Carhaix

Dimanche 28 septembre 2025

09h30 - 10h45	Sanda, par Davi Cesario et Stéphane Mangin	WUSHU SPORTIF
	Taiji Quan, par Jean-Pierre Velly et Stéphane Charles	ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)
11h00 - 12h15	Qi Gong martial et de santé, par Isaure Bousquet Jeu des 5 animaux, Wudang Qi Gong	ARTS ÉNERGÉTIQUES CHINOIS (AEC)
	Taiji Quan de l'école Toudi, par Jean-Louis Arbeille et Philippe Leprêtre	ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)
14h00 - 15h15	Éventail, par Du Yü	ARMES - ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)
	Bagua Zhang, par Edward Hines	ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)
15h30 - 16h45	Wing Chun, par Éric Fournol et Serge Parisi	ARTS MARTIAUX CHINOIS EXTERNES (AMCX)
	Bagua Zhang, par Gilles Le Picard	ARTS MARTIAUX CHINOIS INTERNES (AMCI)

Elven

Samedi 27 septembre 2025



Béatrice
ARIAUX

QI GONG



Nicolas
JULLIEN

BAGUA ZHANG



Hervé
MAREST

ÉPÉE DE TAIJI
(Taiji Jian)



Fred
NÈGRE

KUNG FU



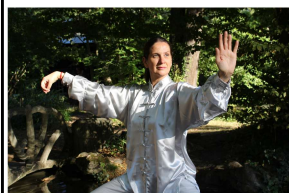
Annick NICOT
et Guylaine LE KERNEC

ROLIBALL



Pascal
PERRAULT

BÂTON LONG
DE TAICHI
(Taiji Gun)



Dominique
ROBIN

TAIJI QUAN

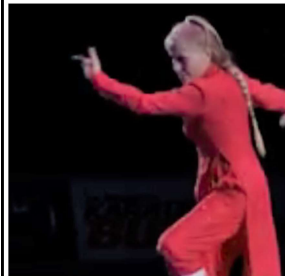


Patrice
ROUSSELIN

WING CHUN

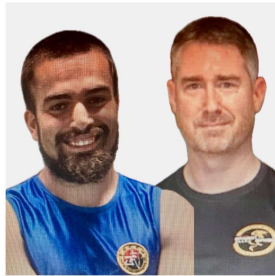
Maël-Carhaix

Dimanche 28 septembre 2025



Catherine-Isaure
BOUSQUET

QI GONG
MARTIAL



Davi CESARIO
et Stéphane MANGIN

SANDA



Stéphane CHARLES
et Jean-Pierre Velly

TAIJI QUAN



Anne DOURDAY
(Du Yü)

ÉVENTAIL



Éric FOURNOL
et Serge PARISI

WING CHUN



Edward
HINES

BAGUA ZHANG



Gilles
LE PICARD

BAGUA ZHANG



Philippe LEPRÊTRE
et Jean-Louis ARBEILLE

TAIJI QUAN

DÉTAIL DES ATELIERS

TOUTES LES ARMES ET ACCESSOIRES SONT FOURNIS



Béatrice ARIAUX (Rennes)

Formée par Maître JIAN LiuJun pour son cœur de pratique, He Dao, la Voie de l'Harmonie, Béatrice enseigne aussi le Taiji Quan et le Qi Gong, et accompagne avec les Arts du Tao (médecine chinoise et arts métaphysiques) les personnes désireuses de trouver plus de fluidité dans leur vie.

QI GONG

Béatrice propose un travail de coopération à deux pour construire en douceur corps et mouvement, favorisant une écoute profonde et constructive.



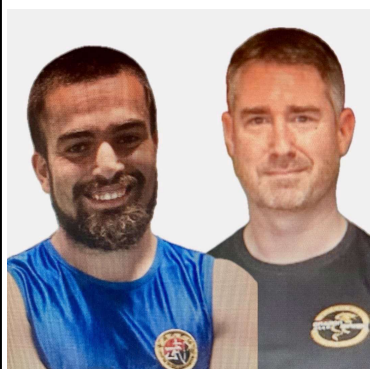
Catherine-Isaure BOUSQUET (Finistère nord)

Initiée par Maître Zhang Kunlin, Isaure pratique depuis 37 ans les Qi Gong de santé et martiaux chinois des Monts WUDANG où elle séjourne régulièrement auprès de Maître Yuan LIMIN.

Isaure Bousquet est praticienne de médecine chinoise de l'acupuncture et formatrice 6eme duan en AMCI.

QI GONG MARTIAL

Isaure propose d'associer les fonctions des organes aux techniques de self défense dans le Jeu des 5 animaux.



Davi CESARIO et Stéphane MANGIN (Finistère)

Davi, 2eme duan de Wushu s'associe à Stéphane, 3eme duan de Wushu et arbitre régional Combat et Technique, pour présenter la forme moderne et sportive du combat chinois dans le SANDA.

SANDA

Travail dynamique et ludique, qui associe coups de pied et projections pour mettre en place les réflexes et le sens du timing.



Stéphane CHARLES (Finistère)

Stéphane Charles est psychomotricien et a été initié à la pratique du Taichi chuan depuis 25 ans. Il doit son enseignement à ses premiers professeurs Christophe Lephay et Jean Pai qui a lui même été un élève direct de Maître Wang.



Jean-Pierre VELLY (centre Bretagne)

Jean-Pierre débute les arts Martiaux en 1981 par la pratique de l'externe (Karaté). A partir des années 2000, il pratique simultanément le Karaté et le Taichi Chuan qu'il enseigne à ce jour.

TAIJI QUAN

Les intervenants proposent conjointement un travail sur quelques applications martiales du YangJia Michuan dans la recherche du relâchement et de la posture équilibrée.



Anne DOURDAY – Du Yü (Côtes d'Armor)

Après plus de 10 années passées aux côtés de Maître Wang Yen-nien à Taïwan, Anne Dourday – Du Yü enseigne l'ensemble du corpus de l'École Yangjia Michuan Taijiquan en Bretagne, en France et à l'étranger.

LONGUE PERCHE (SHI SAN GAN)

Découverte de l'Éventail :

- Manier la main droite et la main gauche en image miroir.
- Expérimenter l'usage des coupes avec un éventail ouvert ou fermé.
- Pratiquer à deux quelques applications techniques.



Éric FOURNOL (Quimper)

Éric Fournol pratique les arts martiaux depuis 30 ans, nihon taijitsu, karaté, taïchi et wing tsun, est élève de Serge Parisi depuis 5 ans.

Serge PARISI (Saint Evarzec)

8e duan, professeur, expert et juge fédéral, daï sifu Serge Parisi enseigne le Wing Tsun et l'Escrima depuis 1989 et le Taïchi depuis 2000.

Il a ouvert la 1ère école en France de Wing Tsun en 1989, a entraîné des policiers du RAID, des gardes du corps de Ministres, des légionnaires du 2ème REP Régiment Étranger de Parachutistes et des gardiens de prison.

WING CHUN

Serge Parisi est en France le représentant direct de la branche Leung Ting de Hong Kong.

Il mettra l'accent sur l'implication de la structure du corps et des principes de Qigong dans l'application des techniques de combat. Pour se faire, des exercices progressifs passant du chisao (main collante), à du lat sao (sparing) seront l'occasion de faire une passerelle entre les styles de l'interne à l'externe.

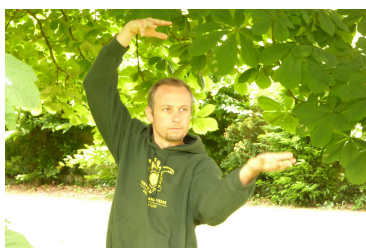


Edward HINES (Finistère nord)

Edward Hines pratique les arts internes depuis 1983. Disciple de Maître Luo Dexiu de Taïwan, il l'invite régulièrement en Bretagne.

BAGUA ZHANG

Edward présentera les concepts martiaux du Bagua à travers des jeux avec partenaire.



Nicolas JULLIEN (Nantes)

Nicolas pratique les Arts énergétiques et martiaux depuis plus de 30 ans.

Il a commencé le Baguazhang style Jiang en 1999. Il se consacre depuis plus de 10 ans au style Gao de l'école Yizong de Luo De Xiu.

BAGUA ZHANG

Nicolas proposera des exercices de prise de contact et de contournements du style Gao.



Gilles LE PICARD (Pleumeur Bodou)

Gilles Le Picard exerce depuis 1997 en tant que sophrologue et formateur spécialisé en approches asiatiques avec plus de 30 ans d'expérience dans la pratique et l'enseignement. Depuis 2008 il approfondit la pratique et sa connaissance du Qi Gong des monts Wudang. En 2023 il entre dans la pratique du Baguazhang qu'il poursuit auprès d'Isaure Bousquet et lors de sa venue, de Maître Yuan Limin, garant de la lignée Wudang Pai 15eme génération, enrichissant encore plus son approche alliant tradition et bien-être moderne.

BAGUA ZHANG

Atelier de WUDANG Lao Bagua Zhang : initiation aux fondamentaux du Bagua, aux postures et mouvements spiralés, puis aux déplacements à deux autour d'un axe, issus du tuishou (ou roushou).



Philippe LEPRÊTRE (Lorient)

Philippe Leprêtre a commencé le Tai chi chuan style Yang, école Tung, en 2001, l'étudiant avec Philippe Villien ainsi qu'avec Anya Méot. Il est moniteur depuis 2008.

TAIJI QUAN

Ils proposeront un atelier sur le premier duilian de leur école.



Jean-Louis ARBEILLE (Morlaix)

Jean-Louis Arbeille a découvert le Tai chi chuan style Yang en 1999 avant de se former en 2002 au Tai chi chuan style Yang école Tung pour devenir moniteur bénévole.

Les deux enseignants pratiquent depuis une vingtaine d'années la Forme lente traditionnelle, et rapide Kai He, la pratique à deux Tuishou Tuilan.



Hervé MAREST (Chemillé en Anjou)

Hervé enseigne depuis 1989 le taichi chuan du style Yangjia Michuan transmis par Me Wang Yen-Nien.

ÉPÉE DE TAIJI (TAIJI JIAN)

Hervé propose d'explorer les principes mis en oeuvre à travers quelques applications.



Fred NEGRE (Nantes)

Fred est 4ème DUAN, juge technique et pédagogique en AEC, 7ème DAN en Kung Fu.

KUNG FU

Fred présentera des applications sur un enchaînement de boxe chinoise : techniques d'absorption, de blocage, clés de bras et mise au sol.



Annick NICOT (Locmiquélic)

Annick est diplômée du monitorat Tai chi chuan, titulaire du professorat de l'Institut Traditionnel d'Enseignement du Qi Gong (ITEQG) et 1er Duan Roliball. Elle a été formée par Philippe Juge, président de la Fédération de Roliball de France, et Philippe Marty.

ROLIBALL

Annick propose de présenter, en binôme avec Guylaine, les principes de ce jeu de raquettes chinoises qui puisent aux sources du Taijiquan : l'alternance du Yin et du Yang, l'utilisation de mouvements circulaires et spirales, permettent de jouer selon des trajectoires fluides, sans frapper la balle, donc sans choc pour le corps.



Guylaine LE KERNEC (Locmiquélic)

Titulaire d'un 1er degré de Roliball (2024), Guylaine anime des cours sous le tutorat d'Annick Nicot. Elle œuvre activement au développement du Roliball en Bretagne : animations (Roliball Day, stages), rencontres interclubs, cycle de formation avec Annick Nicot et en partenariat avec la fédération Roliball France et la FFAEMC.

Pratique également le Tāi Chi Chuan style Yang, école Tung depuis 2011 avec Annick NICOT.



Pascal PERRAULT (Saint-Malo)

Psychothérapeute et praticien de santé ARS, Pascal enseigne depuis 1999 le Qi gong et les Taichi Yang et Wudang.

BÂTON LONG DE TAIJI (TAIJI GUN)

Sa spécificité est celle de travailler dans toutes les directions, avant arrière compris, avec toutes les parties du bâton.



**Dominique ROBIN
(Ille-et-Vilaine)**

Dominique Robin enseigne depuis plus de vingt ans le Taiji Quan Wudang Practical créé par Cheng Tin Hung à Hong Kong dans les années 1950 et diffusé en Europe par feu Dan Docherty.

TAIJI QUAN

Dominique propose d'explorer quelques applications martiales impliquant des techniques de clé, balayage et projection.



**Patrice ROUSSELIN
(Laval)**

Patrice débute le Wing Chun dans les années 1980 en Belgique avec M. Nemri Abdou puis devient rapidement un élève direct de maître Sing Tran. Parallèlement à une carrière professionnelle dans la sécurité, Patrice enseigne le Wing Chun depuis près de 30 ans.

WING CHUN

CONTACTS

Comité régional Bretagne Pays de la Loire – FFAEMC

Mél. : actualitesregionales@ffaemc-bretagne-pays-de-la-loire.fr

Tel. : 06 11 85 18 26 (Isaure BOUSQUET, Présidente)

Tel. : 06 61 39 86 17 (Philippe CAILLAUD, Secrétaire général)

Site Web : <https://ffaemc-bretagne-pays-de-loire.fr/>

Facebook :

<https://www.facebook.com/people/Comité-Régional-FFaemc-Bretagne-Pays-de-la-Loire/61573939486949/>