

## ASSOCIATION TAI CHI CHUAN LIGERIEN

### STAGE DE TUI SHOU - DIMANCHE 19 FEVRIER 2012

Animé par Maître Shi Yan Jun  
34ème génération de Maîtres Shaolin du Temple ShongShan,  
Henan, Chine



#### **L'intérêt du TUI SHOU ("mains collantes")**

Le TUI SHOU, ou "poussée des mains" permet de développer le sens du toucher et on y apprend à contrôler l'axe d'un partenaire tout en maîtrisant le nôtre. On s'exerce ainsi à toujours bien placer le centre de gravité, qui est conditionné par le déplacement.

Les techniques de Tui Shou se font par le contact des avant-bras. On peut pousser, tirer ou déplacer quelqu'un avec les mains, les avant-bras, l'épaule ou le corps tout entier.

#### **APPRENDRE À ÉCOUTER L'AUTRE CONTRÔLER L'AXE**

**ASSURER LE CONTACT : ADHÉRER, COLLER, RELIER, SUIVRE**

#### **Modalités pratiques du stage qui se déroulera :**

**Salle de motricité - Ecole Maternelle - rue de la mairie  
49350 LES ROSIERS SUR LOIRE**

**Horaires : 10h00 - 13h00**

**Le règlement :** Le prix du stage s'élève à **30€/personne**. (A noter que nous ne remboursons pas les 30€ en cas de désistement.)

Coupon réponse à remettre accompagné de votre chèque libellé à l'ordre de  
**« Association Tai Chi Chuan Ligérien »** à Françoise Vinsonneau ou à Claudia Clément  
ou par courrier à l'adresse suivante : **Françoise Vinsonneau, Les Reinières, 49250 St Rémy la Varenne.**



## BULLETIN DE PARTICIPATION

*(À retourner accompagné du règlement d'un montant de 30€)*

Nom .....Prénom.....

Téléphone :

Adresse .....

.....

Tél : .....e-mail.....

*(Chèque à libeller à l'ordre de « Association Taï Chi Chuan Ligérien »)*

Biographie de Maître Shi Yan Jun : 34ème génération de Maîtres Shaolin du Temple ShongShan, Henan, Chine.

Shi Yan Jun est né dans la province de Shandong en 1978. Tout jeune, il s'intéresse aux arts martiaux et commence à pratiquer le Gong Fu dès l'âge de 8 ans dans des établissements de la province de Shandong réputée pour la qualité de ses écoles. Il s'y entraîne plus de 10 heures par jour. A l'âge de 14 ans, il est spécialement recommandé au renommé temple Shaolin Song shan, dans la province de Henan. Là, il commence son entraînement avec Maître Shi Xing Qian, un expert en Gong Fu, Bouddhisme Chan, Qi Gong et médecine chinoise. Impressionné par les aptitudes de Shi Yan Jun, Shi Xing Qian le présente à Shi Yong Xin le Moine supérieur du temple, qui deviendra par la suite son maître. Shi Yan Jun apprend rapidement à maîtriser le traditionnel bâton chinois, le fouet, le fouet à chaîne, le sabre, de nombreuses autres armes ainsi que le combat. Il participe et remporte de nombreuses compétitions, tant en technique qu'en combat. En 1995, il reçoit la première place en démonstration de bâton lors d'une compétition nationale. Au Temple, on le surnomme le "roi du bâton". La même année, il est invité à Hong Kong pour une démonstration télévisée. Shi Yan Jun s'est formé au Taiji Quan avec un maître du village Chen, berceau du Taiji Quan de style Chen. En 1996, il est invité à Fukuoka au Japon pour des démonstrations de Qi Gong et de maniement d'armes. En mai de la même année, il remporte la seconde place en Sanda (kick boxing chinois) dans la catégorie des 48 kg, lors d'une très importante compétition nationale regroupant les meilleurs éléments de chaque école. Fin 1996, après plusieurs mois de tests et d'évaluations, il devient Maître. Pendant l'été 1997, il remporte de nouveau la première place en démonstration de bâton lors d'une compétition internationale de Gong Fu. Plus tard dans l'année, une équipe de recruteurs britanniques se présente au Temple pour l'inviter à intervenir dans une tournée internationale (grande première à l'époque). Il décline l'offre à 3 reprises pour se concentrer sur son apprentissage au Temple. Plus tard, il est recruté pour préparer une équipe lors d'une démonstration télévisée pour la chaîne CCTV-7. En 1998, le monastère lui demande de prendre en charge l'enseignement du meilleur groupe au Temple. Il occupe cette fonction pendant 1 an, jusqu'à ce que

l'abbot lui confie la mission de revitaliser le Temple du Sud qui, à l'époque, vient d'être reconstruit. Il y est responsable de l'entraînement martial et enseigne également le Bouddhisme. Parallèlement, il intervient sur une chaîne de télévision pour des démonstrations de fouet, arme peu connue qu'il maîtrise parfaitement et est sollicité pour de très nombreuses émissions télévisées tant nationales qu'internationales. En 2001, alors qu'il enseigne au Temple du Sud, une académie de Gong Fu du Nord de la Chine lui demande de venir enseigner à ses élèves étrangers. Il y reste un an et demi et apprend l'Anglais. Fin 2003 début 2004, il travaille en tant qu'interprète sur un documentaire américain portant sur la véritable histoire de Shaolin Gong Fu et du Temple. Shi Yan Jun s'installe en France pendant l'été 2004. Il enseigne alors le Gong Fu (aux adultes et aux enfants), le TaiJi de style Chen, le Qi Gong, le Sanda et le Qin Na. Il enseigne aussi le Taiji aux danseurs du Centre Chorégraphique National de Tours. Rentrée 2006, le magazine Karate Bushido fait appel à lui pour l'écriture d'une chronique mensuelle portant sur la vie au Temple vue de l'intérieur.