

**Institut Traditionnel  
d'Enseignement du QI GONG**



**Ecole WUDANG XINYI TAIJI QI GONG**

*Ecole Agréée UNION PRO QI GONG.*

**Académie d'été de QI GONG**  
**Du vendredi 4 au dimanche 6 juillet 2025**  
(Avec arrivée possible le jeudi en soirée)

Formation professionnelle en QI GONG = 24 Unités de Stages Capitalisables

**Maison Notre Dame du Chant d'Oiseau**  
**Rue des franciscains 3a - 1150 Bruxelles**



*PRATIQUE EN PLEIN AIR DANS LE JOLI PARC DU CHANT D'OISEAU!*



**Avec BRUNO ROGISSART**  
*Directeur technique et pédagogique de l'ITEQG*

## PROGRAMME GENERAL DU STAGE ET DEROULEMENT DES JOURNEES

**Niveau 1 = 1ere participation à l'académie d'été de l'ITEQG**  
(Étudiants statut "1ère année" jusqu'à 120 USC & les auditeurs libres)

**Niveau 2 = personnes ayant déjà participées à l'académie d'été de l'ITEQG**  
(Étudiants statut "2ème et/ou 3ème année" & collègue des enseignants)

*Les 4-5-6 juillet (3 journées)*

**"Les matinées" - Pratique commune des niveaux 1 & 2**

*De 9h à 10h : Prévoir votre coussin / zafu ou un banc de méditation + un tapis de sol*

- ⊙ **Séance « matinale » d'éveil énergétique - En extérieur dans le parc!**  
Exercices des 18 YANG SHENG QI GONG Etirements des méridiens - Respirations  
WUDANG HUN YUAN NEI GONG « 3<sup>ème</sup> niveau »
  - Exercices pour collecter le QI de la nature - accroître et harmoniser l'énergie interne - chasser les énergies "négatives"Dans la grande salle : en cas de pluie !

*De 10h à 11h :*

- ⊙ Les 28 formes des DA MO YIJINJING (le séminaire d'été est l'occasion d'étudier cette belle forme de QI GONG traditionnel attribuée à BODHIDHARMA et qui m'a été transmise par Maître YAN XIAO KE. Vous étudierez en fonction de votre statut étudiant 1<sup>ère</sup>, 2<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup> année, les 3 parties de la méthode.
- ⊙ Les "marches" du WUDANG QI GONG : au fil du tempo YIN-YANG nous pratiquerons les marches de santé dans la pure tradition taoïste

**11h à 11h30 / "pause"**

*De 11h30 à 12h30*

- ⊙ **QI GONG des 5 Animaux classique :**  
**la grue - le tigre – l'ours – le singe - le serpent**

**12h30 - 14 h / Pause - Diner & repos**



*Entraînement  
DANS LE JOLI PARC !*

*Où nous pratiquerons  
Le QI GONG  
Avec les éléments  
de la nature*

## Les après-midis

**PRATIQUE EN PLEIN AIR DANS LE JOLI PARC DU CHANT D'OISEAU !**

### Pratique par groupe de niveaux

*De 14h à 15h :*

| Groupe Niveau 1  | Groupe niveau 2  |
|--|--|
| Ⓢ TAIJI ZHANG 1ère partie<br>"Enchaînement de la paume du TAIJI" | Ⓢ TAIJI ZHANG 1ère, 2ème et 3ème parties"<br>"Enchaînement de la paume du TAIJI" |

### Pratique commune des niveaux 1 & 2

**DE 15h à 16h**

- Ⓢ Les Animaux du Mont Wudang (wudang shan) :  
**La tortue (groupes niveaux 1 et 2)**

**16h à 16h30 / "pause".**

*De 16h30 à 17h30*

- Ⓢ **Le 18 formes du TAIJI QI GONG**  
« L'art de conduire son geste dans la fluidité »
- ☐ harmonie YIN/YANG
  - ☐ fluidité respiratoire
  - ☐ relâchement "fang song"
  - ☐ circulation de l'énergie interne
- ☐ **1<sup>ère</sup> partie exercices 1 à 9 (groupe niveau 1).**  
☐ **2<sup>ème</sup> partie exercices 10 à 18 (groupe niveau 2).**

*De 17h30 à 18h*

- Ⓢ « **QI GONG taoïste des 6 sons curatifs** » :

Le QI GONG des 6 sons intègre le travail sur le souffle, sur le mental, notamment, par des techniques de visualisations associées aux différents méridiens et aux organes, enfin la pratique de techniques de sons pour éliminer le QI « feu » de l'émotionnel.

**Le dimanche 6 juillet fin du stage à 16h !**

*Notre session de stage d'été peut être pour vous l'occasion de découvrir notre école et son enseignement en vue de vous inscrire en formation dès la rentrée prochaine. Ce stage donne lieu à l'enregistrement de 24 unités de stage capitalisables dans le cadre de notre formation de pratiquants et enseignants de QI GONG à BRUXELLES.*

## INFOS ORGANISATION GENERALE

### 1. Pour ceux qui logent sur place :

2 possibilités :

- ⊗ Arrivée la veille au soir jeudi 3 juillet (accueil entre 17h30 et 19h00 – repas à 19h00)
- ⊗ Arrivée le 1er jour au plus tard à 8h30

2 choix d'hébergement

- ⊗ Formule : nuitée + PDJ + repas du midi
  - A1 : à compter du jeudi soir : 155€
  - A2 : à compter du vendredi midi : 125€
- ⊗ Formule B : pension complète nuitée + PDJ + repas du midi et du soir
  - B1 : à compter du jeudi soir : 190€
  - B2 : à compter du vendredi midi : 149€

- Le petit déjeuner est servi à 8H, le repas du midi à 12h30 et le repas du soir à 19h.

### 2. Pour ceux qui ne logent pas sur place :

Vous êtes attendus le 1<sup>er</sup> jour au plus tard à 8h30.

- Démarrage du stage à 9h (Soyez SVP à l'heure, il est important de démarrer ensemble !)
- La maison notre dame du chant d'oiseau impose la prise du repas du midi pour tous les participants au stage
  - ☞ Renseignez votre type de menu carné – végétarien – sans gluten sur la fiche d'inscription.

☛ Puis vous reporter au programme détaillé du stage pour le déroulement des journées.

**Le déroulement des journées :**

- Les journées commencent à 9H par une séance d'une heure de pratique d'éveil énergétique
- Une pause a lieu à 11h et à 16h
- Les cours en matinée se déroulent de 9H à 12H30 et l'après-midi de 14H à 18h
- Les examens pédagogiques des élèves de 3<sup>ème</sup> année ont lieu le vendredi et le samedi de 18h à 19h
- **Le dimanche 6 juillet fin du stage à 16h !**

**Pour leur confort et la pratique, les stagiaires doivent prévoir :**

- Une tenue adaptée souple et ample, des chaussons chinois ou chaussures de sports souples.
- Un coussin ou un petit banc + un tapis de sol
- Une casquette ou un chapeau.
- De quoi prendre des notes





***Important : les personnes déjà inscrites au séminaire d'été dans le cadre de leur formation de QI GONG au sein de notre école doivent exclusivement procéder à la réservation de leur formule d'hébergement et/ou de repas***

***Dans tous les cas renvoyez le formulaire d'inscription avec votre chèque ou copie de votre virement bancaire est à renvoyer au plus vite au secrétariat de l'école par courrier ou par mail : [comptaitegg@gmail.com](mailto:comptaitegg@gmail.com)***

## **Accès à la Maison Notre-Dame du Chant d'Oiseau**

Accès facile, tant du centre de Bruxelles que de la périphérie. Par la route ou en transports en commun. L'entrée du parking de la Maison Notre-Dame se trouve au début de l'avenue sur la droite.

### **Route :**

#### **A partir du Ring 0**

- Pénétration dans Bruxelles par la N3 Louvain-Tervuren-Bruxelles.
- Suivre la N3 en direction de Bruxelles pendant 5,5 km (8 feux de signalisation).
- Tourner à gauche.
- Suivre l'Avenue Jules César et son prolongement, Avenue de l'Atlantique.
- Dans le haut de l'Avenue de l'Atlantique (Parvis des Franciscains),
- Tourner à gauche devant l'église.
- Arrivée dans l'Avenue des Franciscains.

### **Transports en commun :**

#### **De l'aéroport :**

- Bus 12 (Brussels City - Airport)
- Arrêt Schuman
- Puis Bus 36, direction Konkel - Arrêt Chant d'Oiseau.

#### **En train (gare du midi) :**

- Métro ligne 2 ou 6 Direction Simonis-Elisabeth, arrêt Art-Loi.
- Changement vers ligne 5, direction Herman Debroux, Arrêt Thieffry.
- Bus 36, direction Konkel - Arrêt Chant d'Oiseau.

#### **En bus**

- Bus 36 : arrêt Chant d'Oiseau.

## Formulaire général d'inscription Stage d'été de QI GONG

BRUXELLES du 4 AU 6 Juillet 2025

à envoyer par courrier : ITEQG - 7, rue du bochet bas - 08500 LES MAZURES - FRANCE  
ou par mail à [comptaiteqg@gmail.com](mailto:comptaiteqg@gmail.com)

Cochez SVP     menu carné     menu végétarien     menu sans gluten

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code : ..... ville : .....

Téléphone : .....

Email (*écrire en majuscules SVP !*) : ..... @

**1. coût pédagogique du stage :** 215 €

*Sauf si déjà réglé dans le coût de la formation annuelle*

**2. je réserve mes 3 diners** (repas du midi vendredi - samedi - dimanche) 48€

*La maison notre dame du chant d'oiseau impose la prise du repas du midi*

*Pour tous les participants au stage (renseignez au-dessus votre type de menu carné)*

**Ou**

**3. je choisis la formule d'hébergement** *Cochez ci-dessous SVP :*

**Formule A : nuitée + PDJ + repas du midi**

A1 : à compter du jeudi soir : 155€

A2 : à compter du vendredi midi : 125€

**Formule B : pension complète nuitée + PDJ + repas du midi et du soir**

B1 : à compter du jeudi soir : 190€

B2 : à compter du vendredi midi : 149€

*Soit cout de mon hebergement* .....€

*Coût total de mon inscription :* .....€

**Veillez effectuer votre paiement par virement sur notre compte :**

BELFIUS

Titulaire du compte : Monsieur ROGISSART Bruno

N° du compte : BE 09 0682 3863 2757

BIC : GKCCBEBB

*Joindre SVP la copie de l'ordre de virement à votre fiche d'inscription - merci*

*date et signature*

*Adresser toute correspondance à :*

*ITEQG – 7, rue du Bochet Bas*

*08500 Les MAZURES - FRANCE*

*Tél/fax 00 33 310431744*

*<http://www.iteqg.com> - Email : [comptaiteqg@gmail.com](mailto:comptaiteqg@gmail.com)*