


PLONGEURS

Un maître de taïchi chuan de Taïwan pour un stage inédit

 1 min

Pintsang Chang entouré par les élèves des 108 mouvements./ DDM RF

Le maître de taïchi chuan taïwanais Pintsang Chang sera à Figeac du 15 au 17 juillet pour délivrer un stage exceptionnel de cet art martial chinois interne. Organisé par l'école de taïchi Les 108 mouvements, basé dans le Lot et l'Aveyron depuis quatre ans, le stage va se dérouler au gymnase du lycée Champollion de Figeac. Et le 15 juillet, Pintsang Chang animera aussi un atelier d'initiation et de découverte du taïchi gratuit ouvert à tous : tous les niveaux et tous les âges. Il se tiendra de 18 heures à 19h30, toujours au gymnase du lycée Champollion. « Cette séance exceptionnelle permettra de découvrir un art martial interne traditionnel chinois qui favorise l'équilibre, la

mobilité et le relâchement» précise Christophe Chari, professeur des 108 mouvements.

Ce moment d'initiation vient s'inscrire dans le cadre du stage de perfectionnement de trois jours. « Ce sont les 13 situations – huit techniques de bras et cinq déplacements – qui seront évoquées dans ce stage de perfectionnement au taïchi. Elles structurent la forme à mains nues, les applications martiales du taïchi et le tuishou.»

Un maître venu de Taïwan

«Habituellement, il faut faire plus de 10000km pour les sages conseils de maître Pintsang Chang suivre!» rappelle Christophe Chari. «C'est un honneur de recevoir notre maître ici sur notre territoire. Il vient depuis l'île de Taïwan à Figeac pour nous apprendre des techniques avancées.»

Quelques jours plus tôt, Pintsang Chang animera également une scène dédiée aux enseignants de taïchi du 10 au 13 juillet à Villeneuve d'Aveyron. Treize personnes vont faire le déplacement depuis la région parisienne, La Réole ou Grasse et même depuis Hambourg en Allemagne.

Un véritable art martial

Le taïchi est un art martial chinois interne. «Il se caractérise par un geste lent conduit en conscience, alternant relaxation et tonicité, concentration et vacuité, inspiration et expiration, intériorisation et expression, Yin et Yang». Le taïchi de Pintsang Chang est issu de l'école Yang Jia Lao Jia, une école spécifique de Taïwan. Il pratique le style ancien de l'école yang de Taiwan et il est le maître référent de l'école Chantaiji, l'école référente des 108 mouvements. Vu de l'extérieur, le taïchi peut sembler être une chorégraphie lente, mais c'est en réalité un véritable art martial. Chaque geste pratiqué a une finalité dans un combat : parade, poussée, dégagement d'une saisie, coup de pied, etc. Et dans sa pratique avec un partenaire, le tuishou, « les mains

collantes » est une forme de combat codifiée qui se pratique également en compétition.

L'association dispense déjà ses cours à Capdenac-le-Haut, Foissac, Larroque-Toirac, Salvagnac-Cajarc et Villeneuve. Faisant face à une forte demande, «une nouvelle proposition va débiter en septembre à Figeac, grâce à un partenariat fécond avec l'OIS Grand-Figeac».

Plus d'infos : www.les108mouvements.fr