

INTERNATIONAL LONGZHAO GONGFU-TAIJIQUAN ASSOC.

七星螳螂拳



洪家拳
太极拳

七星螳螂拳 **QIXING TANGLANG** Mante Religieuse 7 Etoiles *GM° Lin Dongzhu de Layang*
洪家拳 **HUNG GAR** Style de la Tigre et de la Grue *GM° Tang Tungwing de Hong Kong*
李派太极拳 **LI PAI TAIJIQUAN** Style de la rare Ecole Li *GM° Zhang Shaotang de Lanfang*
陳式太极拳 **CHEN TAIJIQUAN** Style de la famille Chen *GM° Wang Xi'An de Chenjiagou*

GRANDE FAMILLE, GRANDE ASSOCIATION
Italie, France, Belgique, Malte, Emirats Arabes Unis

SEMINAIRES Partout

www.longzhao.net
<https://www.facebook.com/groups/130623147821/>



七星螳螂拳 **QIXING TANGLANGQUAN** Style de la Mante Religieuse 7 Etoiles

Le célèbre Maître Lin Jingshan disait: "Normalement dociles comme agneaux, sur le champ féroce comme tigres, seulement en travaillant assidûment on obtiennent résultats".

C'est un style féroce qui utilise beaucoup de faux, en changeant les attaques de manière fluide et continue, en unissant la tactique de la Mante Religieuse aux pas du Singe.

Le style est célèbre pour les attaques et les défenses contemporains, ininterrompus et rapides.

La méthode enseignée « à l'intérieur » de la famille Lin a évité la simplification que nombreux styles ont souffert au cours des années '70 et des années '80, en gardant les leçons du passé si bien que, en 2008, le **Gouvernement chinois** a reconnu le style de GM° Lin Dongzhu comme « orthodoxe de la famille Lin » et, dans le programme de conservation des styles traditionnels chinois de Gongfu, l'a reconnu comme « **Patrimoine culturel inviolable de la nation chinoise** ».

Méthode du GM° Lin Dongzhu (grand-fils du Lin Jingshan)

洪家拳 **HUNG GAR** Style du Tigre et de la Grue

Un célèbre mot populaire chinois dit:

"Le Hung Gar est un style pour hommes forts ou pour ceux qui forts ils veulent devenir".

Il n'utilise pas de techniques spectaculaires, mais il préfère les techniques de bras, qu'il conditionne jusqu'à leur faire devenir durs comme acières.

Le style est célèbre pour sa position du "pont d'acier" et pour les puissantes techniques de bras.

La tradition d'entraînement dur du Hung Gar le rend le **style plus respecté de toute la Chine du sud.**

Le Hung Gar étudie soit le combat à la distance que ce au court distance.

Il s'adapte donc à quelconque adversaire.

Méthode du GM° Tang Tungwing (lineage GM° Lam Jo)

Shifu **Maurizio Zanetti** 查振武
Maître 8° Duan

Disciple des Grandmaître:

- Lín Dòngzhù - Qīxīng Tánghángquán
- Tang Tungwing - Hung Gar, Chén Tàijíquán
- Liú Jìngrú - Bāguàzhǎng

Élève du Grandmaître:

- Kuang Haijun - Li Pai Tàijíquán

NOUS SOMMES DISPONIBLES POUR:

- SEMINAIRES DE STYLE
- COURS DE FORMATION DES ENSEIGNANTS
- LEÇONS PRIVÉ

FORMATION ENSEIGNANTS

- ITALIE
- FRANCE
- BELGIQUE
- MALTE
- EMIRATES ARABES UNIS
- PARTOUT ON DEMANDE

DEMANDES RENSEIGNEMENTS

master@longzhao.net

0039 349 950 2451

www.longzhao.net

<https://www.facebook.com/groups/130623147821/>

COURS DE SPÉCIALISATION

- 72 Méthodes de Levier Articulier
- Methodes de conditionnement
- Methodes de Tui Shou complete
- 20 Méthodes de Qigong
- Baton fouette

DEMANDES RENSEIGNEMENTS

master@longzhao.net
0039 349 950 2451

SEMINAIRES, TOUS LES ANNEES AVEC NOTRE MAITRES CHINOISES

- GM° Tang Tungwing
- GM° Kuang Haijun
- GM° Lín Dòngzhù

DEMANDES RENSEIGNEMENTS

master@longzhao.net
0039 349 950 2451

SI VOUS SOUHAITEZ SÉRIEUSEMENT APPRENDRE UN STYLE TRADITIONNEL CERTIFIE ET AVEC LINEAGE TRAÇABLE

REJOIGNEZ-NOUS TOI MEME !!!

Ne vous inquiétez pas, nous trouverons ensemble la meilleure solution pour les besoins de votre école..

DEMANDES RENSEIGNEMENTS

master@longzhao.net
0039 349 950 2451



李派太极拳 LI PAI TAIJIQUAN

Style du principe suprême de l'école Li

Le **Taijiquan de l'école Li** est un style unique, **très rare** en dehors de la Chine, où on peut suivre toute la sagesse des générations passées, de sorte que, en 2014, le **Gouvernement chinois**, dans le cadre du programme de conservation des styles traditionnels de Gongfu, l'a reconnu comme « orthodoxe » et « **Patrimoine culturel inviolable de la nation chinoise** ».

A l'origine le style a été appelé "méthode de Taiji de la secte de Grenouille d'Or", et combine systèmes tels que le *Taijiquan du Nord* (lineage Yang Luchan), *Taijiquan du Sud* (lineage de Gan Danran), *Yue shi Xinyiquan* de Yue Qingshan, *Baguazhang* de Dong Haichuan et une méthode particulière de *Shaolin du Nord*.

Le style a gardé les enseignements traditionnels, en évitant la modernisation et la simplification que de nombreux styles ont souffert au cours de la « révolution culturelle chinoise »

Méthode du GM° Kuang Haijun (lineage GM° Zhang Shaotang)

陳式太极拳 CHEN TAIJIQUAN

Style du principe suprême de la famille Chen

Le Taijiquan de la famille Chen est reconnu comme le **plus ancien** du panorama Taijiquan.

Art martial basé sur l'alternance du Yin et du Yang et sur les 5 éléments, particulièrement adapté pour hypertensive et à ceux qui ont une maladie cardiaque et de mouvement, le Taijiquan à des champs d'application très amples.

Les mouvements comprennent: leviers, projections, coups sur les os et les muscles adversaire et pression sur les points vitaux.

Le dur et doux font tous les deux partie du Dao, la « voie », il sera difficile il comprendre sans les étudier, puisque l'un est partie de l'autre.

L'étude de Taijiquan est toujours accompagné par l'étude de Qigong, en faisant du style une **art complet**, avec les objectifs de légitime défense, et de relaxation physique et mentale.

Méthode du GM° Tang Tungwing (lineage GM° Wang Xi'an)

www.longzhao.net

<https://www.facebook.com/groups/130623147821/>

**Une étude théorique et pratique
profonde pour une vraie
connaissance.**

**La différence entre pratiquer un
exercice et pratiquer QIGONG**

**PROGRAMME THEORICO-PRATIQUES DE
COUR**

1. Introduction générale

La figure de l'Enseignant de Qigong
Définition de Qigong
Définition de école de Qigong

2. Théories fondamentales

Origine de Qigong et le plus important écoles
Origine du Qigong
Le plus important écoles Qigong traditionnel
Théories classiques
Théories de qigong médicale
Ying-Yang et cinq éléments
Zang-Fu et théorie des méridiens
Les Trois Trésors: Jing, Qi, Shen
Théories des autres écoles de Qigong
Théorie de Qigong taoïste
Théorie de Qigong bouddhiste
Théorie de Qigong confucéenne
Théorie de Qigong martial

Recherche scientifique sur le Qigong
Recherches Qigong moderne
Effets physiologiques
Effets psychologiques

3. Méthodes pratiques de Qigong

Opérations de base
Trois ajustements: Tiaoshen, Tiaoxi, Tiaoxin
Respiration abdominale naturelle et inverse
Introduction générale aux formes de Qigong
Classification des formes de qigong
Directives et précautions pour la pratique
Les réactions possibles à la pratique Qigong
Erreurs et corrections

Le séquences de Qigong

站桩功	Zhangzhuangong
放鬆功	Fang Song Gong
八段錦	Baduanjin
易筋经	Yijingjin
五禽戏	Wuxingqi
六字诀	Liuzijue

4. Applications cliniques de Qigong

Introduction générale à la thérapie Qigong
Caractèr. et directions de Therapy Qigong
Principes et traitement des syndromes
Procédures cliniques de thérapie Qigong

Professional



Instructor

Cours Biennale de Formation Enseignants de Qigong

气功

(référence à la loi sur le secteur)



Nos cours sont reconnus par UISP et TCFE (Fédération Tai Chi & Qigong Europe).

Séminaires annuels supplémentaires, parascolaire sont prévues pour ceux qui souhaitent acquérir la connaissances d'autres séquences de Qigong enseignées par notre.

洗髓经

Xi Sui Jin

Classique lavage de moelle

十八罗汉功

Shiba Luohan Gong

Exercice de 18 Bouddha

大舞氣功

Da Wu Gong

Grande danse de Qigong

马王堆导引术

Mawangdui Daoyin Shu

Art de Daoyin Mawangdui

太极养生掌

Taiji Yang Sheng Zhang

Qigong de Bâton Taiji

五行掌

Wu Xing Zhang

Paumes des cinq éléments

导引保健氣功

Daoyin Bao Jian Qigong

Qigong qui préserve la santé

内养功

Nei Yang Gong

Qigong qui alimente l'intérne

Les *cours de formation Enseignants* on le but de former des Enseignants certifiés, à travers un étude très profonde, et ils sont tenus par **Maître Maurizio Zanetti** et **Enseignants** spécialisés de l'Association, avec l'aide des médecins acupuncteurs, ainsi que des diplômés dans la langue et la culture chinoise.

DEMANDES RENSEIGNEMENTS

master@longzhao.net

0039 349 950 2451

www.longzhao.net

<https://www.facebook.com/groups/130623147821/>

INT'L LONGZHAO GONGFU ASSOCIATION

國際龍爪功夫協會

Guó Jì Lóng Zhǎo Gōng Fū Xié Huì

La Force de la Tradition

Pionniers en Europe depuis **1976**, plusieurs années d'expérience **continue** avec Grands Maîtres chinois. Nous sommes les représentants officiels de trois grands maîtres, qui sont nos invités chaque année pour des séminaires.

But de l'École est ce de recevoir le Kungfu chinois traditionnel, et donner la possibilité à tous les amateurs d'étudier styles traditionnels le plus célèbres et rares en manière complète, théorique et technique.

**Parce que la VRAIE connaissance
ne s'improvise pas !**

LE JUSTE CHOIX POUR TES EXIGENCE



**UNE ÉQUIPE DES MAITRE TRÈS PREPARE'
POUR UNE FORMATION DE HAUT NIVEAU**

**ITALIE – FRANCE – BELGIQUE
MALTE – EMIRATES ARABES UNIS**

REJOIGNEZ-NOUS VOUS MEME !!!

www.longzhao.net

<https://www.facebook.com/groups/130623147821/>

INTERNATIONAL LONGZHAO GONGFU ASSOCIATION

Headquarter: Italie

Branch: France, Belgique, Malte, Emirats Arabes Unis

Infoline:

0039 349 950 2451

master@longzhao.net

www.longzhao.net

<https://www.facebook.com/groups/130623147821/>