

Maître SUN Fa

Expert en Arts Martiaux (7ème dan Français, le plus haut grade en France) et Maître de conférence chargé de cours à l'Université des Sports de Shanghai jusqu'en 1989, Maître Sun Fa est initié dès son plus jeune âge à toutes les pratiques d'Arts Martiaux de **style interne** (Tai Ji Quan) et de **style externe** (Kung Fu).

Dans le cadre de sa formation, il étudie les techniques énergétiques chinoises : **massages** et **Qi Gong**. Depuis tout jeune également, il s'exerce à la **calligraphie chinoise** avec son maître, président de l'Institut des Calligraphes de Shanghai.

Maître Sun Fa transmet cette tradition, tout en y apportant une **recherche personnelle**, ce qui lui permet de détenir, en juillet 2010, le **grade de 8ème Dan, délivré par la Fédération Chinoise de Wushu**.

Il anime des cours et stages au sein d'une **Académie** dont le but est de faire connaître les Arts Traditionnels Chinois.

Calligraphe, il expose chaque année dans différents lieux, En 2018, il écrit un **livre « L'encre en mouvement »** reliant calligraphie et arts martiaux, **Il est demandé, en tant qu'expert, pour des formations à l'étranger**

氣

La pratique des Arts traditionnels Chinois vise à obtenir une bonne circulation de l'énergie et une grande maîtrise du mental. Cela correspond à un cheminement individuel où chacun peut trouver et développer l'aspect qui lui convient : détente, hygiène de vie, maîtrise de soi, harmonie.

Enseignants et pratiquants expérimentés peuvent approfondir technique et théorie, en vue d'examens ou de passage de grades.

ARTS MARTIAUX ET ARTS TRADITIONNELS CHINOIS



Enseignant: MAITRE SUN FA, 8ème Duan Chinois de Wushu.

ACADEMIE TIAN LONG

Arts martiaux et arts traditionnels chinois
Association Loi 1901, affiliée à la FWF

2 rue Royale/5 place Michel Servet, 69001 Lyon

Tél: 04 72 98 83 41 / 06 67 41 65 29
E.mail : tian.long@free.fr
Site : academietianlong.fr



KUNG FU
WINGCHUN,
SHAOLIN
SELF-DEFENSE/
QIN NA

TAI JI QUAN
YANG, CHEN,
TUISHOU, EPEE,
EVENTAIL
TAI JI BALLON

QI GONG
B AGUA QG, 6 SONS
QG THERAPEUTIQUE
YI MO GONG, LOTUS
SONG YI GONG

**CALLIGRAPHIE
MASSAGE**

Sensibilisation à la culture et à la philosophie chinoise

Une séance découverte est offerte aux nouveaux arrivants
Nous contacter: coordonnées au dos de couverture

PROGRAMME 2019-2020

REPRISE DES COURS

Lundi 16 septembre 2019

1^{er} cours d'essai gratuit

JOURNEE "PORTE OUVERTE" :

Samedi 7 septembre 2019

Académie TIAN LONG, 2 rue Royale/5 place Michel Servet Lyon 1 ; 14h00 - 18h30

Informations, échanges avec les pratiquants, vidéos et inscriptions

FETES SPORTIVES et ASSOCIATIVES en lien avec TIAN LONG

→ LYON 1^{ER} - Samedi 14 septembre 2019 - Forum des Associations

Place Sathonay, 69001 : 14h - 18h, stand + démonstration

→ LYON 7^{EME} - Dimanche 8 septembre 2019 - Forum des Associations

Place Jean Macé, 10h-18h, stand + démonstration

PERMANENCES D'INSCRIPTIONS : à l'Académie TIAN LONG

- samedi 7 septembre de 14h à 18h30, lors de la journée Porte Ouverte
- mercredi 11 septembre de 17h30 à 20h00
- possibilité de s'inscrire par courrier en prenant le bulletin d'inscription sur le site

STAGES ET ACTIVITES 2019 - 2020

→ STAGES ANIMES PAR MAITRE SUN FA

- CALLIGRAPHIE : initiation et approfondissement ; 3 samedi matin
- TAI JI QUAN EVENTAIL : bases + tao ; 6 samedi après midi
- QI GONG : Yi Mo Gong, Song Yi Gong, Lotus, 6 sons, 3WE,
- TAI JI QUAN : Yang, Chen, Nei Gong Quan, TuiShou ; 3WE,
- KUNG FU ENFANTS + CALLIGRAPHIE : 5 animaux, + initiation à la calligraphie sur 1 thème . 2 demi-journée

Les dates seront données en septembre, en fonction de la disponibilité des salles

→ ACTIVITES

- **NOUVEL AN CHINOIS+CA** : 26 janvier 2020
- **EXPOSITION /ANIMATION AUTOUR DE LA CALLIGRAPHIE et PEINTURE CHINOISES** : 28 septembre-13 octobre 2019, à « la Maison de Pays » à Mornant
- **VOYAGE EN CHINE** : été 2020

PLANNING 2019- 2020

Un minimum de 10 inscrits est exigé pour que les cours et les stages soient assurés

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
12h30-13h30 Qi Gong/méditation Bagua QG ou 8 Trigrammes		17h15-18h15 Kung Fu Enfants (5-10 ans)	
NOUVEAU 18h30-19h30 Tai ji ballon Tous niveaux	19H30-20h45 Kung Fu Style WingChun Tous niveaux	19h00-20h30 Taï Ji Quan Style Chen +TuiShou ♦ Tous niveaux	19h00-20h15 Qi Gong/méditation Bagua QG ou 8 Trigrammes
19h30-20h30 Qi Gong /méditation QG thérapeutique Tous niveaux	20h45-22h00 Kung Fu Style Shaolin + self défense Tous niveaux	20h30-22h00 Taï Ji Quan Style Yang + épée ♦ ♦ Tous niveaux	20h15-21h15 Qi Gong/méditation QG thérapeutique

Adresse des Cours :



Académie Tian Long
2 rue Royale 69001 Lyon (code 2617)
métro Croix Paquet



Collège Georges Clemenceau
49 rue Béchevelin 69007 Lyon
métro Guillotière/ tram T1 Université



Salle Vaucanson (école Raoul Dufy) 4 rue Vaucanson 69001 Lyon
métro Croix Rousse

TARIFS

	KUNG FU Adultes	KUNG FU enfants/ados*	TAI JI QUAN QI GONG
1 cours 1h00		240 €	342 €
1 cours 1h15	345 €	262 €	365 €
1 cours 1h30			385 €

* de 5/6 ans à 15 ans révolus ; ♦ si épée en supplément :95 € ; ♦♦ si tuishou en supplément :95 €

1/ Réglemente par 1 à 5 chèques :

Les chèques sont remis le jour de l'inscription et encaissés sur les mois successifs suivant la date d'inscription.

2/ Adhésion à l'association et licence de la fédération: le paiement est effectué le jour de

l'inscription : • Adhésion : 33€
• Licence : 15 à 30 € selon âge et pratique

3/ Réductions : • Moins 5% pour 2 cours
• Moins 10% pour 3 cours et +