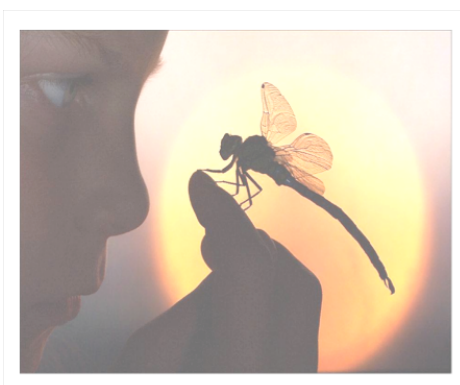


# Rencontres Kinomichi et Tessen, arts du mouvement

du 22 au 28 avril 2018



Le but de ces journées est de rassembler ces deux arts cousins, tous deux héritiers de l'Aïki de Me Ueshiba, de réunir quelques pratiquants, débutants, ou instructeurs, curieux de découvrir l'unité de la racine derrière l'apparente multiplicité des ramifications...

La semaine est ainsi « ouverte à tous », dans l'esprit des Séminaires Zen en Mouvement organisés par Le Son du Silence.

Le Kinomichi de Me Noro est né de l'harmonisation de la tradition martiale d'Aïki avec des approches corporelles occidentales;

Le Tenchi Tessen de Me Stobbaerts puise ses racines dans les mouvements tournants des derviches, enchâssés dans l'art du sabre japonais. C'est une danse "intérieure", vécue à plusieurs.

Me Noro et Me Stobbaerts s'appréciaient, s'étaient rencontrés au Japon puis au Maroc et avaient l'un comme l'autre placé au centre de leur enseignement la SPIRALE du souffle.

L'un comme l'autre invitent à une communication silencieuse dans le mouvement, destinée à travailler - visualiser puis ressentir - la spirale du souffle.

Des arts de mouvement plus que des arts martiaux...

Il y a des plages pour l'une et l'autre des pratiques ; et on pourra certainement expérimenter et apprécier la possibilité d'une inspiration de l'une par l'autre et leur affinité profonde...



# Au programme de ces rencontres...

Ci-dessous le programme d'une journée-type :

- 7h00 - 7h30**      **Qi Qong**
- 7h30 - 8h00**      **Zazen**
- 8h00 - 9h00**      **Petit-déj'**
- 9h15 - 11h15**      **Kinomichi**
- 11h30 - 17h00**      **Plage libre...**
- 17h00-19h00**      **Tessen**
  
- 21h00-21h30**      **Zazen**



L'accueil est prévu à partir du samedi 21/03 dans l'après-midi.

**Il est possible de ne participer qu'à une ou deux journées dans la semaine.**

Comme tout séjour à Ty-Anna, les méditations zen du matin et du soir font partie de *l'invitation* et de la vie du lieu : elles ne sont pas obligatoires...

Il existe une fenêtre en milieu de journée qui permet d'assurer la logistique de la vie commune, ou de profiter des beautés de Crozon et du parc naturel dans lequel Ty-Anna est située. Promenades à pied, avec les kayaks ou les vélos disponibles sur place...

Peut-être ferons-nous une pause en milieu de semaine pour aller respirer sur les plages océanes voisines.

Fin le samedi 28/03, après la pratique de kinomichi



# Tarifs du stage

## Enseignement :

30€ / jour

150€ pour la semaine complète

Les frais d'enseignement couvrent l'inscription à l'association Le Son du Silence.

## Hébergement :

Il est aussi possible de résider sur place, dans le chalet principal de Ty-Anna, dans la mesure des places disponibles, le nombre de places étant limité, ou, pour ceux qui souhaitent, dormir gratuitement dans le dojo dans un sac de couchage...

Il est aussi possible de résider à proximité, dans les chambres d'hôtes de Kervezennec situées à un kilomètre environ, qui proposent diverses possibilités d'hébergement pour randonneurs, à 25€ la nuit, y compris le petit-déjeuner.

Toutes les informations sont disponibles sur leur site, à l'adresse [www.gite-etape-bretagne.fr](http://www.gite-etape-bretagne.fr)...

## Repas :

Le petit déjeuner, après le zazen du matin, est en général pris en commun en silence dans le chalet.

Nous déjeunons sur place, au chalet, la cuisine étant préparée ensemble après la pratique du matin. Végétarienne, bio, et à base de produits cultivés à proximité...

Le soir, nous dînons aussi à Ty-Anna, des restes du midi...

Il faut compter pour l'approvisionnement environ 10€ par jour par personne.

L'ensemble de ces possibilités conduit à différentes formules et tarifs pour le stage, que voici résumées ci-dessous, hors repas :

	Gîte ou Ty-Anna	Dojo	Ailleurs
Hébergement / jour	25 €	5 €	0
Enseignement / jour	30 € /j	30 € /j	30 €/j
Semaine	300 €	180 €	150 €



# Bulletin d'inscription

## Rencontres Kinomichi-Tessen Ty-Anna, Mars 2018

Nom .....  
Prénom .....  
Tél. ....  
Mail .....

21 mars :   
22 mars :   
23 mars :   
24 mars :   
25 mars :   
26 mars :   
27 mars :

Hébergement :

Ty-Anna  Autres

En ce qui concerne le transport , merci de préciser si vous envisagez de venir en :

Train  Voiture

Pour la réservation, envoyer un chèque d'arrhes de 100 euros, libellé à l'ordre du Son du Silence à l'adresse suivante :

**Jean-Yves Le Texier**  
**Ty-Anna, Kergadalen**  
**29590 ROSNOEN**

