

Stage exceptionnel de Tai Chi Chuan avec Eli Montaigue à Lempdes les 29 et 30 novembre 2025

Clermont-Ferrand, le 2 novembre 2025

L'Association Clermontoise de Tai Chi Chuan annonce la venue en Auvergne d'**Eli Montaigue**, instructeur en chef de la **WTBA (World Taiji Boxing Association)**, pour un **stage exceptionnel de Tai Chi Chuan les 29 et 30 novembre 2025 à Lempdes (Puy-de-Dôme)**.

Une belle occasion pour les pratiquants de toute la région de se retrouver autour de l'enseignement du système Montaigue, transmis depuis près de vingt ans à Clermont-Ferrand.



Un événement unique en Auvergne

Fidèle à l'Auvergne, **Eli Montaigue**, instructeur en chef de la **World Taiji Boxing Association (WTBA)**, revient cette année dans le **Puy-de-Dôme** pour animer un **stage intensif de Tai Chi Chuan les 29 et 30 novembre 2025 à Lempdes**.

Ce rendez-vous, désormais bien ancré dans le calendrier des pratiquants de Tai Chi, rassemblera des participants venus de toute la région — et au-delà — pour approfondir les principes du **système Montaigue**, reconnu pour son approche à la fois martiale et santé/bien-être.

Durant deux jours, les pratiquants, débutants ou expérimentés, pourront découvrir ou approfondir les différentes facettes du **système Montaigue**, qui allie travail interne, applications martiales et développement du Qi.



Programme du week-end

Le stage proposera plusieurs modules complémentaires :

- **Forme de Tai Chi Yang Lu Chan** : structure, posture et applications martiales.
- **Qigong et exercices de développement du Qi** : respiration, circulation énergétique et travail yin/yang.
- **Petit San Sau** : entraînement à deux, allant du mouvement lent à l'application martiale.
- **Deadly Kata (12 Paumes de Wudang)** : enchaînements courts intégrant les principes internes du Tai Chi Chuan.

L'enseignement sera dispensé en **anglais**, avec **traduction assurée** par les instructeurs et pratiquants francophones.



Informations pratiques

- **Dates** : samedi 29 & dimanche 30 novembre 2025
- **Horaires** : 9h30–12h et 13h30–16h
- **Lieu** : Gymnase du COSEC, 2 rue Antoine de Saint-Exupéry, **Lempdes (63)**
- **Tarifs** : **155 €** les deux jours (**140 €** pour les adhérents WTBA)
- **Restauration** : repas partagés tirés du panier (buffet participatif).



Renseignements et inscriptions

 **Romuald Clermont**, instructeur WTBA et responsable de l'Association Clermontoise de Tai Chi Chuan

 contact@taichi-clermont.fr

 06 89 60 35 13

 www.taichi-clermont.fr