

MAISON DU

Qi

GONG

maisonduqigong.com

Coupe de France Qi Gong 2018

La Maison du Qi Gong célèbre
ses médaillés à l'occasion du
Printemps du Qi Gong.

DOSSIER DE PRESSE

— *Dimanche 18 Mars 2018* —

Maison du Qi Gong, 4 rue Dumenge 69004 Lyon, maisonduqigong.com

Sommaire

CONTACTS PRESSE



Présentation de la Maison du Qi Gong ... *Page 3*

Participation à la Coupe de France de Qi Gong 2018 ... *Page 4*

Présentation des athlètes ... *Page 7*

Paroles d'athlètes ... *Page 9*

Évènement « Printemps du Qi Gong » ... *Page 11*

Communiqué de presse « Printemps du Qi Gong » ... *Page 12*

Affiche évènement ... *Page 13*

Maison du Qi Gong

Corinne FORQUEZ

04 78 28 60 35

06 42 39 11 47

corinne@maisonduqigong.com

Responsable Communication

Léa BARIOT-FORQUEZ

04 78 28 60 35

06 48 29 25 03

leaforquez@gmail.com

“

La Maison du Qi Gong

Le Qi Gong compte de plus en plus d'adhérents en France, et s'implante à l'instar du Yoga comme une discipline populaire.

Corinne Forquez, diplômée d'Etat (DEJEPS) et enseignante à Lyon depuis 2000, cherche à démocratiser la pratique de techniques énergétiques quotidiennes au sein de La Maison du Qi Gong, son lieu d'ancrage.

”

La Maison du Qi Gong c'est :

- ❖ 160 Licenciés FFKDA
- ❖ 1 diplômée d'Etat, ceinture noire, 4 DUAN
2 ceintures noires, 2 DUAN
4 ceintures noires, 1 DUAN
- ❖ Un lieu dédié à la pratique créé en 2011
- ❖ Un rayonnement local et national



© Jeanne GARREAU

Mars 2018, la Maison du Qi Gong participe à la Coupe de France

Adhérente à la FFKDA (Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées), la Maison du Qi Gong participe pour la première année à la 3ème Coupe de France de Qi gong qui s'est tenue à Ajaccio les 3 et 4 Mars 2018 derniers.

Pour l'occasion, 9 athlètes lyonnais « Maison du Qi Gong » sont partis défendre nos couleurs.



© Léa BARIOT-FORQUEZ



© Léa BARIOT-FORQUEZ

La 3ème Coupe de France de Qi Gong est un évènement national organisé par la FFKDA. Cette rencontre d'Arts Martiaux Chinois Internes et Energétiques, met en exergue deux types de compétitions; les compétitions individuelles et en équipe pour le Qi Gong ainsi que pour le Taiji Quan.

Outre la reconnaissance de notre art, il s'agit d'un moment d'échange qui permet à tous les licenciés de la Fédération de pouvoir s'entraîner et se perfectionner dans leur pratique.

“ La Coupe de France est un moment privilégié pour nous. C'est un lieu d'échange entre les différents clubs, permettant aux pratiquants d'évoluer dans leur technique et de se confronter aux autres. J'ai pu observer une grande progression chez mes élèves et c'est très appréciable. Au delà de la compétition, l'ensemble des clubs aborde ce challenge avec investissement et esprit de corps. C'est un moment très positif pour tous.

Ce type de compétition est tout nouveau en Qi Gong et j'espère que ce n'est que le début d'une très belle aventure pour le Wushu ! ”

Corinne Forquez





Un retour médaillé pour l'équipe



© Léa BARIOT-FORQUEZ

L'équipe de la Maison du Qi Gong a fait une entrée remarquable en compétition puisqu'elle revient avec 13 médailles en individuel ainsi que 6 coupes en équipe !

C'est également un honneur pour l'équipe entière qui remporte la Coupe d'Or pour la meilleure participation.



Les athlètes de la Maison du Qi Gong



9 athlètes

❖ Michel ANTUNES

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Médaille de Bronze - individuel imposé - Ba Duan Jin

Coupe Or - équipe imposé - Forme Liu Zi Jue

Coupe Or - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin

❖ Marine JOUVENOT

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Médaille d'Argent - individuel libre - Forme Daoyin Yangsheng Gong Shi Er Fa

Médaille de Bronze - individuel imposé - Forme Ba Duan Jin

Coupe Or - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin

Coupe Argent - équipe imposé - Forme Liu Zi Jue

Coupe Or - équipe libre - Forme Daoyin Yangsheng Gong Shi Er Fa

❖ Colette GANDON

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Coupe Argent - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin

❖ Pierre LE BLOA - Certificat de monitorat

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Médaille d'Argent - individuel libre - Forme 5 éléments

Médaille de Bronze - individuel imposé - Forme Wu Xing Qi

Coupe Or - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin

Coupe Or - équipe libre - Forme Daoyin Yangsheng Gong Shi Er Fa

Coupe Or - équipe imposé - Forme Liu Zi Jue

❖ Alexandre HUREAU

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Médaille d'Argent - individuel imposé - Liu Zi Jue

Coupe Or - équipe libre - Forme Daoyin Yangsheng Gong Shi er fa

Coupe Argent - équipe imposé - Forme Liu Zi Jue

Coupe Argent - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin



Les athlètes de la Maison du Qi Gong



❖ Marie-Noëlle LEGAY

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Médaille de bronze - individuel - Forme Liu Zi Jue

Coupe Argent - équipe -

Coupe Argent - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin

Coupe Or - équipe imposé - Forme Liu Zi Jue

❖ Marie-Eve PARIS - Ceinture noire 1 DUAN

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Médaille d'Argent - individuel libre - Forme Daoyin Yangsheng Gong Shi Er Fa

Médaille d'Argent - individuel imposé - Forme Ba Duan Jin

Médaille de Bronze - individuel imposé - Forme Wu Xing Qi

Coupe Or - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin

Coupe Or - équipe imposé - Forme Liu Zi Jue

Coupe Or - équipe libre - Forme Duayin Yangsheng Gong Shi Er Fa

❖ Emmanuelle VANDERSCHUEREN

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Médaille d'Argent - individuel - Forme Liu Zi Jue

Coupe Argent - équipe imposé - Forme Liu Zi Jue

Coupe Argent - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin

Coupe Or - équipe libre - Forme Duayin Yangsheng Gong Shi Er Fa

❖ Chantal VENET - Ceinture noire 1 DUAN

Récompenses Coupe de France de Qi Gong 2018

Médaille d'Argent - individuel imposé - Forme Ba Duan Jin

Médaille d'Argent - individuel libre - Forme Iyi Jin Jing

Coupe Or - équipe imposé - Forme Ba Duan Jin

Coupe Or - équipe libre - Forme Daoyin Yangsheng Gong Shi Er Fa

Coupe Or - équipe imposé - Forme Liu Zi Jue

Paroles d'athlètes

« Je suis très heureux du travail accompli mais je sais que nous pouvons travailler encore pour évoluer... Je suis ravi de l'équipe que nous avons pu monter et des liens qui se sont tissés. Au delà de ça je suis également fier pour notre professeur qui voit évoluer ses élèves. Cette belle énergie que nous avons tous ensemble, fait de nous des frères et soeurs de pratique ! Comme le dit un proverbe Shaolin Si nos essences et nos tailles sont différentes, nous faisons tous partie de la même forêt. » Pierre LE BLOA

« Un vrai bonheur du début à la fin ! Sur le plan personnel cela m'a apporté une meilleure compréhension de la pratique, cela m'a aussi fait progresser mais cela m'a surtout donner l'envie de ne pas en rester là ! » Marie-Noëlle LEGAY

« S'engager dans la Coupe de France de Qi gong a été une magnifique expérience de vie qui m'a fait grandir techniquement mais surtout humainement » Marie-Eve PARIS



© Léa BARIOT-FORQUEZ



« La coupe de France fut pour moi une mise à l'épreuve, ça m'a permis d'acquérir plus d'autonomie, de renforcer énormément la confiance en moi, mais aussi de travailler le Qi plus en profondeur. Cela demande d'être à l'écoute de l'équipe afin de travailler l'harmonie du groupe.» Alexandre HUREAU



© Léa BARIOT-FORQUEZ

« C'était une très belle expérience collective. Je n'avais que deux années de pratique lorsque je me suis lancée dans ce challenge. Outre la volonté personnelle de participer il s'agit d'une belle aventure collective qui embarque chacun vers une exigence individuelle au service du groupe. Des heures d'entraînement partagées ensemble avec cette énergie qui pousse à une exécution juste et harmonieuse; et cette complicité, cette communion lors de la concrétisation de notre engagement à Ajaccio : un pur bonheur... un groupe est né avec ses souvenirs communs et ses anecdotes !

Merci à Corinne et à chacun pour cette impression d'avoir grimpé plusieurs marches dans l'apprentissage du Qi Gong, en passant d'élève consommatrice hebdomadaire à une pratique plaisir. RDV pour de nouvelles aventures prochainement ! » **Colette GANDON**

« C'est une aventure avant tout humaine qui m'a permis de passer du statut d'élève à celui de pratiquant de Qi Gong; en abordant la discipline avec plus de profondeur, de travail et d'observation. Cela nous permet de prendre conscience également de notre progression individuelle et collective ainsi que des voies d'amélioration.

Cette expérience fédératrice a permis d'inscrire la pratique dans l'échange et le partage. C'est aussi une belle vitrine pour le Qi Gong, la Maison du Qi Gong et notre professeur, Corinne Forquez qui promeut la discipline avec légèreté, rigueur et professionnalisme ». **Emmanuelle VANDERSCHUEREN**

« Ce qui m'a le plus apporté c'est la pratique collective; c'est nourrissant, motivant et bien plus fort qu'une pratique individuelle ». **Marine JOUVENOT**

Printemps du Qi Gong



Les membres du bureau de l'association de la Maison du Qi Gong souhaitent mettre à l'honneur leurs athlètes lors d'un événement dédié : « **Printemps du Qi Gong** ».

Ce moment, ouvert à tous tend tout d'abord à faire découvrir les formes présentées en compétition mais aussi à pouvoir échanger avec les athlètes quant à leur vécu face à cette expérience.

© Léa BARIOT-FORQUEZ



« L'objectif du Qi Gong est d'harmoniser le corps, la respiration et le mental. Nous entraînons donc à parts égales le physique, l'énergie, et l'intention. »

Il s'agit également d'une opportunité pour faire découvrir le Qi Gong à savoir un Art Énergétique Chinois visant à mettre en circulation et à canaliser l'énergie interne.

Le Qi Gong se traduit littéralement par :

Qi = énergie, force vitale, souffles

Gong = maîtrise, travail, art



Printemps du Qi Gong le 18 Mars 2018 à 10h30

Lyon, le 8 Mars 2018

Suite à sa participation à la 3ème Coupe de France de Qi Gong, la Maison du Qi Gong met ses athlètes à l'honneur à l'occasion du « Printemps du Qi Gong ».

Le week-end du 3 et 4 mars 2018 dernier s'est tenue la 3ème coupe de France de Qi Gong à Ajaccio. Cet événement fort de sens pour notre discipline, le Wushu, était organisé par la FFKDA (Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées). Pour l'occasion, 9 athlètes de la Maison du Qi Gong sont allés concourir et représenter les couleurs lyonnaises.

Mettre à l'honneur nos athlètes

L'équipe a fait une entrée remarquable en compétition avec 13 médailles en individuel et 6 coupes en collectif.

C'est la raison pour laquelle, la Maison du Qi Gong souhaite remercier ses athlètes lors d'un moment dédié à leur pratique suivi d'un apéritif d'honneur initié par nos partenaires locaux. Cet événement se tiendra **le Dimanche 18 mars à la Maison du Qi Gong, 4 rue Dumenge 69004 Lyon à partir de 10h30.**

10h30

**Accueil des
athlètes de la Maison
du Qi Gong**

10h45

**Démonstration
des formes
présentées
en Coupe de France**

11h00

**Apéritif d'honneur
initié par nos
partenaires locaux**

A propos de la Maison du Qi Gong

La Maison du Qi Gong a été créée en 2011 par Corinne FORQUEZ. Professeur de Qi Gong diplômée d'Etat DEJEPS 4 DUAN, Corinne enseigne la pratique depuis plus de vingt ans à Lyon. Elle comprend 160 licenciés FFKDA, et 9 athlètes de compétition.

CONTACTS PRESSE

Maison du Qi Gong
Corinne FORQUEZ
04 78 28 60 35
06 42 39 11 47

corinne@maisonduqigong.com

Responsable Communication
Léa BARIOT-FORQUEZ
04 78 28 60 35
06 48 29 25 03
leaforquez@gmail.com



**MAISON DU
Qi
GONG**
maisonduqigong.com

*Trois partenaires locaux nous
accompagnent dans ce temps fort !*



Printemps du Qi GONG

Coupe de France 2018

La Maison du Qi Gong célèbre ses médaillés

Dimanche

18

MARS 2018

AU PROGRAMME

10h30 Accueil

10h45 Démonstrations

11h00 Apéritif
avec les athlètes



Dimanche 18 Mars
10h30



Maison du Qi Gong
4 rue Dumenge
69004 Lyon 4ème

Métro C - Croix-Rousse



Entrée libre

Renseignements
04 78 28 60 35
maisonduqigong.com

MAISON DU
**Qi
GONG**
maisonduqigong.com