



PROGRAMME DU STAGE DE QIGONG MEDICAL

UNIVERSITE DU JIANGXI A NANCHANG

MARS /AVRIL 2026

Public

Toute personne pratiquant le qigong à titre principal ou complémentaire, professionnel ou personnel.

Objectifs de la formation

- Renforcer l'étude et la pratique de l'introspection du corps humain.
- Approfondir la maîtrise des méthodes de qigong : la 1ère méthode, la posture des trois centres s'assemblent, la 2ème méthode et les sons de la 3ème méthode.
- Comprendre les grands principes permettant de proposer des mouvements ou des postures adaptés en fonction de la pathologie d'une personne.
- Apprendre et appliquer de manière habile les méthodes de guérison et de régulation du Qi grâce au champ de Qi, ainsi que les techniques de guérison par projection du Qi.
- Découvrir les travaux et recherches réalisés au Centre de recherche sur le qigong, et comprendre les bases théoriques qui fondent le qigong médical.

Durée et dates

21 jours

Aller : départ de à l'aéroport de Genève : 16/03/2026. Arrivée à Nanchang le 17/03/2026.

Retour : départ de Nanchang le 04/04/2026. Arrivée le 05/04/2026 à l'aéroport de Genève

Attention : ces dates ne sont pas contractuelles (un décalage de 1 à 3 jours, indépendant de notre volonté, est possible en raison de l'évolution du trafic aérien).

Nous nous engageons à vous informer de toute évolution.

Déroulement

1. Étude et pratique des méthodes de qigong

Horaires : tous les matins

Lieu : Centre de recherche sur le qigong

Note : ce Centre est dirigé par le Pr Zhang Wenchun, qui interviendra ponctuellement au cours du stage pour partager sa vision et son expérience du qigong médical.

Contenu:

- Renforcer et approfondir la pratique de l'introspection du corps, afin d'améliorer la capacité de perception de soi et la vision interne.
- Approfondir la maîtrise des techniques de qigong : 1ère Méthode, posture « les Trois Centres s'assemblent », 2ème Méthode et sons de la 3ème Méthode.



- Mettre l'accent à la fois sur l'exécution correcte des mouvements et sur l'observation des changements internes dans la circulation du Qi pendant la pratique.
- Assister à des conférences présentant les principaux travaux et recherches menés au Centre de recherche sur le qigong, ainsi que sur la théorie du qigong médical (champ de Qi, mécanismes d'action, principes de régulation du Qi, etc.) afin de relier étroitement théorie et pratique.

2. Pratique du qigong médical

Horaire : tous les matins

(en parallèle avec la section1, en alternance selon les contenus)

Lieu : Centre de recherche sur le qigong

Contenu :

- Apprendre et maîtriser les techniques de guérison par le champ de Qi et comprendre comment utiliser les effets du champ Qi pour traiter les patients.
- Apprendre et pratiquer la technique de projection de Qi pour traiter les maladies et maîtriser les méthodes et techniques correctes de projection de Qi.
- Travailler sur des enchaînements spécifiques mis au point au Centre de recherche sur le qigong pour des pathologies spécifiques comme l'insomnie, la dépression, le diabète, les maladies pulmonaires...
- Participer à une petite expérience sur le champ de Qi (activer la germination de l'ail ou des germes de haricots, plier des cuillères en acier, etc.) afin de vérifier les effets du qigong et de renforcer la confiance et la compréhension des étudiants dans le qigong.

3. Pratique clinique

Horaire : tous les après-midis

Lieu : Centre de recherche sur le qigong

Contenu:

- Sous la direction d'un médecin professionnel, les participants traitent des patients en groupe et appliquent les connaissances théoriques acquises dans le cadre du stage.
- Les étudiants appliquent des traitements personnalisés de qigong en utilisant les techniques de projection du Qi et observent puis consignent les effets thérapeutiques.
- Grâce à cette pratique clinique, les étudiants approfondissent leur compréhension et leur maîtrise du qigong médical et améliorent leurs compétences pratiques.

Remarques:

Ce programme est conçu pour permettre aux étudiants de maîtriser les techniques de base du qigong ainsi que les fondements du qigong médical. L'accent sera mis sur la pratique correcte et structurée, afin de poser des bases solides pour la recherche sur le qigong et la pratique clinique.



Lieux

- Université de Médecine Traditionnelle Chinoise du Jiangxi à Nanchang, Chine : <https://www.jxtcmi.com/>
- D'autres sites autour de Nanchang seront visité dans le cadre d'activités culturelles : la montagne Meiling : https://www.tripadvisor.fr/Attraction_Review-q297446-d1871192-Reviews-Meiling_National_Scenic_Area-Nanchang_Jiangxi.html
- le pavillon du Seigneur Teng https://www.tripadvisor.fr/Attraction_Review-q297446-d505768-Reviews-Tengwang_Pavilion-Nanchang_Jiangxi.html

Contact

secretariat@chengxin.fr / 04.50.02.83.69. Nous nous engageons à vous répondre dans un délai de 72h.

Prérequis

- Être au moins en 1^{ère} année de qigong à l'école Cheng Xin.
- Pour les personnes qui n'ont pas suivi le cursus de formation de l'école : le référent pédagogique se réserve le droit de sélection selon les compétences et expériences de la personne. Un entretien est nécessaire pour évaluer ces prérequis.

Modalités d'accès et d'inscription

Compte tenu des modalités de visa pour la Chine, et des nécessités liées au voyage, l'inscription à ce stage de pratique est possible jusqu'à 2 mois avant le départ.

Accessibilité des personnes en situation de handicap (PSH)

Nous mettons tout en œuvre pour l'accueil des PSH. Notre référent est à votre écoute : referent.handicap@chengxin.fr. Plus d'informations sur notre site internet : <https://chengxin.fr/>

Nombre de participants par session

Minimum : **12**, maximum: **24**

Tarif

3600 € + 150 € des frais de dossier

Sont inclus :

- Billets d'avions (départ de Genève),
- Nuitées (chambre avec petits déjeuners, chambre double universitaire lits jumeaux ou un grand lit + SDB)
- Note : un supplément de 310€ est proposé pour une chambre individuelle.
- Frais de formation
- Frais d'interprète
- Transport Nanchang (aéroport Nanchang Hôtel -A/R- visites organisées)
- Billets d'accès aux sites pour les visites.

Ne sont pas inclus :

- Les frais de visa
- Les repas du midi/soir (possibilité de se restaurer sur le site de l'université)



Modalité de paiement

Par virement bancaire uniquement avec justificatif à l'appui

- 2000 € d'arrhes à l'inscription
- Le solde payable 1 mois avant le départ.

Moyens pédagogiques

- Participation à des conférences effectuées par des pairs
- Echanges entre le groupe et les professeurs
- Pratique clinique sur des patients
- Supervision et échanges de pratiques

Moyens techniques

- Traducteurs
- Oreillettes

Moyens d'encadrement

- Référent pédagogique : Maximin GAILLARD
- Sous la supervision du professeur Liu Zhengqiang, post-doctorant et bras droit du professeur Zhang Wenchun

Modalités d'évaluation et encadrement de la formation

- Evaluation en cours de formation par les encadrants
- Evaluation finale par une mise en pratique
- Attestation de formation de Cheng Xin
- Certificat de fin de stage délivré localement.