



## CALENDRIER DE FORMATION 2021-2022

Dirigé par  
Hacène Ait Aider  
Diplômé d'État

Horaires :  
10h—12h30 et 14h-16h30

Lieu :  
Place 18 mai 1945  
Salle des fêtes  
31540 St Julia

Contact :  
[hacene.aa@sfr.fr](mailto:hacene.aa@sfr.fr)  
0683321386  
[www.hacene-aitaider.com](http://www.hacene-aitaider.com)

## BA GUA ZHANG STYLE CHENG TING HUA

SEPT	OCT	NOV	DEC	JAN
4	2	13	4	8



FEV	MAR	AVR	MAI	JUI
5	5	2	7	18





## **FORMATION IHAA**

- Travail de l'énergie
- Formation week-end
- Pratique intensive et
- Préparation au professorat de Ba Gua Zhang

## **PROGRAMME :**

### **Année 2021-2022**

- Qi gong Ba Gua
- Petite paumes (les fondamentaux)
- Grandes paumes

### **Année 2022-2023**

- Qi Gong de l'envol du phénix
- Grand enchaînement
- Sabre croissant de lune (les paumes et le grand enchaînement)

### **Année 2023-2024**

- Les 64 paumes
- San shou (combat codifié)
- Grand sabre, épée, lance de Ba gua
- Combat libre



## IHAA

12 rue Joux Carrière 31540 St Julia

Tél : 06 83 32 13 86

### CONVENTION DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE EN BA GUA ZHANG

Entre les soussignés :

1) Institut Hacène Ait Aider (IHAA), enregistrée auprès de L'URSSAF de Midi- Pyrénées sous le Numéro de déclaration d'activité

N° U31019228565 .....

ET

2) .....

LES PARTIES ONT CONVENU CE QUI SUIT :

#### ARTICLE 1 : OBJET DE LA CONVENTION

– En exécution du présent contrat, IHAA s'engage à organiser la formation intitulée : Formation Professionnelle en Ba Gua Zhang sur 3 ans.

#### ARTICLE 2 : NATURE ET CARACTERISTIQUES DE LA FORMATION

- La formation entre dans la catégorie des actions de préparation à la vie professionnelle, d'acquisition, d'entretien et de perfectionnement des connaissances.
- Elle a pour objectif de préparer au métier d'enseignant en Ba Gua Zhang.
- Elle se déroule sur un cycle de 3 ans à raison **de 150 heures, 50 heures** réparties en 10 journée/an. Le Programme de la formation figure en annexe du présent contrat.
- A l'issue de la formation des 3 années et après validation des acquis, un certificat sera délivré au stagiaire.

#### ARTICLE 3 : DUREE DE LA CONVENTION

– La présente convention s'applique pendant la durée de la formation, soit du 1 septembre 2021 au 30 juin 2022, la formation aura lieu à la salle des fêtes, place du 18 mai 1945, 31540 St Julia pour les week-ends, les dates : **4 septembre 2021, 2 octobre 2021, 13 novembre**, des vidéos dans le cas où la formation est impossible de se dérouler en présentiel **4 décembre 2021, 1 janvier 2022, 5 février 2022, 5 mars 2022, 2 avril 2022, 7 mai 2022, 18 juin**.

– Les moyens pédagogiques et techniques comprennent des cours théoriques, le matériel nécessaire à la pratique, des vidéos dans le cas où la formation est impossible de se dérouler en présentiel, ainsi qu'un contrôle des connaissances en fin de formation.

#### **ARTICLE 4 / : DELAI DE RETRACTATION**

– A compter de la date de signature du présent contrat, le stagiaire a un délai de 10 jours pour se rétracter.

– Il doit en informer l'institut IHAA par lettre recommandée avec accusé de réception. Dans ce cas, aucune somme ne sera exigée du stagiaire.

#### **ARTICLE 5 / CONDITIONS FINANCIERES et MODALITES DE PAIEMENT**

– Le coût pédagogique de la formation est fixé à **700/an**. (Les frais d'hébergement pendant les week-ends sont à la charge des stagiaires.)

– Aucune somme ne sera encaissée avant l'expiration du délai de rétractation. A l'expiration de ce délai, un premier versement de **210 €**, non remboursable, sera exigé. Cette somme n'excédant pas **30%** du prix convenu.

– Le paiement du solde donnera lieu à l'échelonnement des paiements au fur et à mesure du déroulement de la formation (**10 chèques de 49€ correspondant aux 10 journée/an**). Ces chèques ne seront encaissés qu'après accomplissement de chaque stage.)

#### **ARTICLE 6 / : RESILIATION, ANNULATION DE LA CONVENTION (FORMATION)**

– L'institut se réserve le droit de modifier les dates de formation.

– Dans le cas d'une annulation pour des raisons d'effectif, les sommes versées par le stagiaire lui seront remboursées.

– En cas d'abandon du stage par le stagiaire pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, les divers règlements effectués ne seront pas restitués. Toute formation commencée est due intégralement.

– Si le stagiaire est empêché de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue, le contrat de formation sera résilié. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata de leur valeur prévue au présent contrat.

– Le directeur pédagogique se réserve le droit d'exclure un stagiaire présentant un comportement qu'il juge non adapté au groupe et/ou à ce type de formation.

En cas d'annulation de la formation visée dans l'article 1, les conditions énoncées à l'article 2 seront nulles et non avenues.

#### **ARTICLE 7 :**

– Le stagiaire s'engage à ne pas reproduire et utiliser les documents fournis à d'autres fins que sa propre formation.

Signature du stagiaire

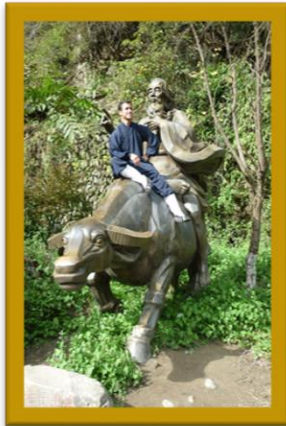
Précédée de la mention

« Lu et approuvé »

Signature et nom

Du Directeur Pédagogique

Fait à ..... Le .....



### **Formateur :**

#### **Hacène AIT AIDER.**

Enseigne les Arts Martiaux internes et externes depuis 34 ans :  
Tai chi chuan, Qi Gong, Ba gua Zhang, Xing yi chuan, Vo-Vietnam).

Diplômé de la FFWaemc 5 eme Duan FFKDA, BEES,  
Brevet de professeur

Membre de la commission des grades FFKDA

Elève de la 7eme génération de l'école Ba Gua Zhang du style Cheng Ting Hua.

IL a travaillé auprès de divers maîtres chinois et occidentaux et a séjourné en Chine auprès des Maîtres de Wudang.

Quatre fois champion d'Europe de Tai Chi Chuan 2006, 2009, 2010 et 2012 double champion de France 2007-2008 et champion du monde à Taïwan en 2008.

Il organise des stages nationaux et internationaux, donne des cours particuliers et fait des formations, qi gong, tai chi chuan et Ba Gua Zhang, du coaching (Formation et accompagnement).

Praticien en énergétique chinoise DEA (Acupuncture, tuina, pharmacopée), il s'investit dans le développement et la recherche de l'énergétique chinoise afin d'enrichir constamment son enseignement.

L'institut des arts martiaux et énergétique chinoise, regroupe plusieurs disciplines d'arts martiaux externes et internes, le Vô Vietnam, Tai chi chuan ,( style Yang traditionnel, moderne), Ba Gua Zhang (style Cheng Ting Hua, Xing YI Chuan, qi gong des érudits, qi gong médical, qi gong martial et en fin la médecine traditionnelle chinoise, sous la direction de Hacène Ait Aider, enseignant depuis 34 ans, diplômé d'État et de plusieurs fédérations Françaises FFKDA (5 EM Duan) et étrangères, ces enseignements sont répartis dans la semaine à travers différents cours, mais aussi en formations sur un Week- end par mois et stages organisés dans plusieurs régions de France. L'objectif de toutes ces pratiques et d'apporter un

nouveau souffle énergétique à chaque être, de voir et de concevoir la vie autrement, selon les lois de la nature, être proche plus que jamais de cette dernière et de retrouver sa place parmi tous les organismes vivants, cette richesse en arts énergétiques est aussi une occasion de voir de plus près les origines, mais aussi la philosophie dont laquelle elles puisent son énergie.

Privé de philosophie le pugiliste n'a d'autre devenir que celui d'une machine de combat, la philosophie des Arts Martiaux n'apparaît pas sous la forme d'un exposé dogmatique, elle est plutôt une sagesse issue de différents milieux, Le Chamanisme, le Taoïsme, le Bouddhisme, le Confucianisme en sont les fondements.

La philosophie des arts martiaux est tirée de ce vaste creuset. Elle s'instruit dans plusieurs enseignements spirituels pour mieux comprendre les aspects de l'homme et de la nature vécus dans la pratique quotidienne de l'Art. Elle superpose à la progression technique l'éducation mentale du pratiquant. Le potentiel d'énergie et d'efficacité, en accroissement constant, est ainsi canalisé vers l'esprit chevaleresque, la noblesse et la grandeur d'âme, la spiritualité.

La philosophie de l'Art se pratique et se vit avant tout. En parler sans pratiquer revient à intellectualiser les Arts Martiaux, chaque Maître professe une sagesse dans le cadre personnalisé de son école. Généralement, cette sagesse prend toute sa valeur dans la réalité pratique."

## **Ba-Gua-Zhang**

**Le Ba-Gua-Zhang "la main des huit trigrammes"**

**Art martial qui est classé dans le système interne (Nei Jia), en raison de ses relations étroites avec l'énergie interne et le système cosmogonique chinois.**

**Il a été créé entre le 18ème et le 19ème siècle dans la province de Hebei par Don Hai-Chuan et consiste en une succession de mouvements exécutés en solo en se déplaçant autour d'un cercle, en portant l'attention sur son centre, le but étant d'esquiver les attaques adverses, en le contrattaquant par derrière pour finir en le maîtrisant.**

**Les mouvements restent fluides et l'agilité recherchée est celle du "dragon qui bouge, du poisson qui nage et du phénix qui danse".**

**Les mouvements fondamentaux des mains dans le Ba-Gua-Zhang sont :**

**Changement simple, changement double, mains qui suit, mains derrière le dos, mains et corps en rotation, mains en prise double, mains qui écrasent, mains en volteface.**

**Ces mouvements lors de la pratique engendrent des transformations pour en former 64.**

**Les mouvements fondamentaux des pieds sont au nombre de 4 : monter, descendre, ouvrir, fermer.**



# BULLETIN D'INSCRIPTION

Formation en BA GUA ZHANG

Saison 2021-2022

Nom :	Prénom :
Adresse postale :	
Courriel :	
Tél fixe :	Tél mobile :
<b>Vos Formations initiales</b>	
Pratique du Ba Gua Zhang : non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> Si oui, depuis combien de temps : .....	
Pratique du tai chi chuan non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> Si oui, depuis combien de temps : .....	
Connaissance en énergétique chinoise : non <input type="checkbox"/> oui <input type="checkbox"/> Le(s)quel(s).....	
<b>INFORMATIONS PAIEMENT</b>	
<b>Tarif formation : 700 euros</b> <b>210€ à l'inscription et 10 chèques de 49€</b> correspondant à chaque week-end à remettre au début de la formation.	<b>AIT AIDER HACENE</b> <b>12, Rue Joux Carrière</b> <b>31540 ST JULIA</b>
Avez-vous besoin d'une facture : oui non <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
Facture à libeller au nom de : .....	
<b>Certificat médical de moins de trois mois obligatoires</b> à remettre le premier jour de la formation.	

Fait à ....., le .....

Signature

