

☯ Séminaires d'arts martiaux chinois internes (Taijiquan et de Qi-Gong) et d'arts martiaux ninjas (Nindô-Ninjutsu) ☯

Qu'est-ce que le Taijiquan ? Un art martial lent, doux et avec de multiples bénéfices pour votre esprit et votre corps :



initiez-vous au Taijiquan. Une pratique ancestrale originaire de Chine. Le Taijiquan est accessible à tous, des plus jeunes aux plus âgés. Il est excellent pour vous relaxer, entretenir votre corps et apaiser votre mental. Un cours de Taijiquan consiste en un apprentissage de mouvements lents qui seront ensuite enchaînés dans un ordre précis et préétabli à l'avance. Les spécialistes insistent sur le fait qu'il s'agit d'un art martial à part entière, bien que celui-ci ait évolué et soit devenu plus simple, plus doux et donc plus accessible. S'inspirant de la culture taoïste, c'est un art martial dit « interne », car il travaille sur l'énergie interne du corps. Il existe différents styles de Taijiquan. Après avoir appris le style Wu Taijiquan à Hong Kong en Chine avec Me Eddy-Kwong Wu, Tarik Mesli enseigne maintenant le style Yang Taijiquan de Zheng Man-Qin qu'il a appris de Me Lee Cheng-Yung à Taiwan.



Qu'est-ce que le Nindô-Ninjutsu ?

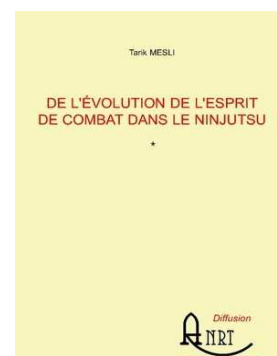
Qu'est-ce que le **NINJUTSU** ? C'est un art martial subtil qui mobilise l'incorporation du mental dans la force naturelle de l'individu. En ce sens, sa pratique pour un *ninja* (ou *ninjutsuka*) va bien au-delà des autres systèmes d'arts martiaux. Le *ninjutsu* 忍術, qui par définition peut s'interpréter comme « l'art de l'indicible », propose d'expérimenter l'énergie du mouvement nécessaire à la maîtrise technique dans l'expression corporelle et le maniement des armes. C'est pourquoi sa maîtrise est si difficile à saisir. C'est donc avec une spécificité très particulière qu'il distance les autres disciplines qui souvent limitent l'expression (ou composition) au strict cadre imposé. Le *ninjutsu* offre au pratiquant l'apprentissage nécessaire pour une composition libre dans son propre code (*ninpô* 忍法). Enfin, au-delà des bienfaits physiologiques (santé, équilibre) ou sportifs (performance), il permet un savoir-faire artistique redoutable en self-défense (*jutsu*). Cette efficacité ne peut s'acquérir sans la réalisation de sa propre maîtrise de soi dans le *nindô* 忍道 proposant une nouvelle voie d'éducation du *ninjutsu* contemporain. Dr. Tarik MESLI

Le professeur ?



Tarik MESLI, PhD. Docteur en Anthropologie sur l'art martial, Enseignant-chercheur, Universitaire diplômé en Langue et Civilisation chinoise, Auteur d'une thèse sur le Ninjutsu. Expert d'arts martiaux diplômé d'Etat (BEES 2°/DESJEPS), du Japon, de Taiwan et de Chine ; il enseigne les arts martiaux depuis 1989 et les pratique depuis plus de 35 ans. Notamment, les arts martiaux chinois (Taijiquan, Qi-Gong, Gong-Fu, ...) et japonais (Ninjutsu,

Jujutsu, Karaté, laïdao, ...). Il a été élève de Me Masaaki Hatsumi pendant 20 ans en Ninjutsu avant de créer son style qu'il a condensé dans la méthode Nindô® dont il est fondateur. Tarik MESLI réside en Asie de l'Est et vient régulièrement en France pour animer des cours et stages de Taijiquan/Qi-Gong, de Nindô/Ninjutsu et donner des conférences sur l'anthropologie de l'art martial.



Pour toute demande d'intervention : Cours particuliers et de groupes / Formations pédagogiques et techniques en ligues / conférences et stages en clubs, centres d'activités ou entreprises : ☎ 06 12 35 20 96 / ✉ admin@nindokan.fr