



Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE
☎ 03.44.79.13.24 - patriciacoulon@wanadoo.fr

RAPPORT D'ACTIVITES

Saison 2016-2017

Au cours de la saison 2016-2017 nous avons comptabilisé 84 licenciés, nous stagnons sous la barre des 100. Toutefois nous constatons un intérêt croissant du public, des médias et du corps médical pour la pratique du tai chi chuan, art martial aux multiples bienfaits tant physiques qu'énergétique et émotionnel, il figure sur la liste des APPM (activité physique sur prescription médicale). Il permet à chacun de trouver des outils contribuant à renforcer sa santé, à améliorer sa concentration, à apaiser l'esprit, à développer l'assurance, la spontanéité, à se révéler à soi-même.

Pour la même cotisation nous donnons la possibilité à nos adhérents d'assister à tous les cours proposés par notre association s'ils le veulent et surtout s'ils le peuvent. Au total nous avons mis en place cette année 10 cours encadrés par nos moniteurs et le professeur ; une fois par mois, le dimanche, nous leur donnons la possibilité d'un entraînement spécifique à la pratique du tuishou de compétition pour certains et parallèlement pour les autres, des cours de perfectionnement encadrés par le professeur. Nous pouvons dire que nos adhérents peuvent s'entraîner tous les jours de la semaine.

Cette politique menée par notre association depuis 15 ans maintenant se montre chaque année fructueuse. Voici en détail nos activités de la saison 2016-2017 :

- Début septembre comme tous les ans les différents forums à assurer, et notre première participation à l'inter-clubs de Méru. Nous avons proposé une épreuve de raquettes chinoises rouli-ball, les participants devaient exécuter des figures sans faire tomber la balle pendant 2 minutes sous l'œil avisé de nos juges, Christiane, Désiré, Monique et Joelle. Pendant ces passages nous avons engagé une équipe de 5, Christelle, Rodolphe, Patrice, Robert et Patricia qui devaient faire les épreuves proposées par les 20 associations. L'athlétisme, le rugby, le budokan et les pompiers avaient concocté des épreuves particulièrement dures physiquement et pour clôturer le tout ils ont dû nager sur 50 m. A la fin des épreuves, il a été procédé à la lecture du classement et à la remise des récompenses, puis nous avons partagé le verre de l'amitié. Notre association a terminé à la quinzième place

Ce qui est encourageant pour une première participation. Félicitations à Patricia, Patrice, Christelle, Robert et Rodolphe. Un grand merci à Monique et Joëlle qui ont présenté à chaque passage d'équipe les différents mouvements à réaliser dans notre atelier, à Désiré, Claude et Christiane qui faisaient office de jury et notaient les équipes. Désiré a pris des photos, c'est ainsi que nous avons pu admirer deux de nos coéquipiers avec tutus et chapeaux roses prêts à participer à l'atelier du club de twirling. En résumé une journée agréable qui s'est déroulé dans la bonne humeur.



Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE
☎ 03.44.79.13.24 - patriciacoulon@wanadoo.fr

www.taichivexin.fr

- Le WE des 30/31 octobre 2016 s'est déroulé le championnat européen de la TCFE à St Pétersbourg, Rodolphe ROUSSEL faisait partie de la délégation française ; il a concouru en tuishou pas fixes et sabre intermédiaire; premier de sa demie finale le samedi, il a terminé 3^{ème} en finale le dimanche. Il est revenu de Russie médaillé de bronze. Toutes nos félicitations à Rodolphe pour son résultat et sa longue préparation.



- Des entrainements mensuels au tuishou de compétition préparent les sportifs de notre association à aborder les championnats de France en pleine forme et une fois par an un entrainement au tuishou regroupe les athlètes au niveau régional; pour cette saison il a eu lieu le 6 novembre 2016 à Méru.



www.taichivexin.fr

Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE
☎ 03.44.79.13.24 - patriciacoulon@wanadoo.fr

- 1er décembre 2016 : Stage de formation « comptabilité d'une association non employeuse » à Méru organisé par la ligue de l'enseignement de l'Oise suivi par Domitille SOUMAGNAC notre trésorière qui s'investit beaucoup dans la tâche qui lui incombe.
- Nous avons organisé les passages de grades régionaux le 18 décembre 2016 à MERU sans participation de nos adhérents qui ont choisi de peaufiner leur préparation pour le passage suivant.
- 2017 s'est annoncé pleine de promesses, Françoise DESMET et Georges EMERIAU se sont préparés pour leur 1^{er} duan, Domitille convoite le 3^{ème} duan et se prépare avec sérieux, Patrice est rentré en formation fédérale pour le monitorat, Christian et Rodolphe quant à eux ont suivi la formation du CQP option taichi.
- Le 29 janvier 2017 nous avons organisé le Nouvel An chinois au gymnase du centre-ville Charles de Gaulle de MERU. Riches de notre première expérience de l'année précédente, nous avons consacré la matinée à la préparation de la salle et à la révision des divers enchaînements que nous avons présentés en deuxième partie de l'après-midi au public.

En début d'après-midi (14h à 15h30), nous avons convié les personnes intéressées à regarder la projection du film Tai Chi Master de Woo-Ping Yuen, réalisateur chinois, dans une salle au sous-sol du gymnase.

Christian VERNET, aidé de Rodolphe ROUSSEL pour la partie technique vidéo, s'est chargé de l'organisation et de la mise en place de cet évènement.

Un grand moment de convivialité a rassemblé tout le monde, autour d'un buffet où se côtoyaient les pâtisseries picardes et/ou françaises et quelques spécialités asiatiques, accompagnées de boissons diverses dont une grande variété de thés.

Ci-dessous l'article paru dans Oise Hebdo



www.taichivexin.fr

Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE
☎ 03.44.79.13.24 - patriciacoulon@wanadoo.fr

SABLONS Cher Hebdo - 09/10/16 - 1 février 2017 43

MÉRU

Démonstrations et initiations de Taichi chuan pour célébrer le nouvel an chinois

L'association «Art de longue vie», a dignement célébré le passage en 4715. C'est l'année du calendrier chinois placée sous le signe du coq du feu rouge depuis ce samedi 28 janvier.

Pour commémorer le nouveau année, les adhérents de l'association «Art de longue vie» étaient réunis, dimanche 29 janvier, dans le gymnase Charles de Gaulle pour une journée riche en événements.

Une première plongée dans la culture asiatique et le Taichi chuan était proposée au public avec la projection d'un documentaire retraçant l'histoire de cette discipline ancestrale et du célèbre temple des Shaolin. Une entrée en matière avant que les participants ne soient conviés dans la grande salle du gymnase Charles de Gaulle et son décor de circonstance. Le public a ainsi découvert une ambiance dans la plus pure tradition asiatique et des mots typiquement chinois.

Malin surtout, les Méruviens ont pu s'inspirer du Taichi chuan grâce aux démonstrations réalisées par les licenciés de l'association «Art de longue vie». Par petits groupes, en duo ou en solo, les adhérents du club ont démontré l'essence des facettes d'une discipline qui se pratique à mains nues ou avec des armes telles que l'épée, le bâton, le sabre, et bien d'autres.

Au-delà de discipline réunies dans un art martial interne qui privilégie la souplesse sur la force et dont les fondations reposent sur la lenteur des mouvements. Et l'association

Des démonstrateurs de Taichi chuan ont assuré les célébrations du nouvel an chinois.

Le club de Taichi chuan méruvien créé en 2002 est désormais reconnu pour l'enseignement du Taichi chuan. «Art de longue vie» est ainsi agrémente par le Sports et de la Vie Associative depuis 2006 et est affilié à la Fédération des arts énergétiques et martiaux chinois (FAEMC).



Patricia Coulon, professeur principal de l'association «Art de longue vie».

Les adhérents du club étaient réunis pour cette grande occasion.

- Le WE des 1&2 avril 2017 Fabienne GRANGE et Patricia COULON suivent une formation de coordinateur pour l'organisation du diplôme C.A.M. (Certificat d'Aide Moniteur) en région des Hauts de France.

Nous organiserons la 1^{ère} session des Hauts de France dans la commune de Méru qui nous a déjà réservé les locaux et le matériel nécessaires. Les 2 WE de formation se feront dans la salle Voltaire B du groupe scolaire aux dates



www.taichivexin.fr

Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE
☎ 03.44.79.13.24 - patriciacoulon@wanadoo.fr

des 21/22 octobre et 25/26 novembre 2017. Joëlle DANEL, Françoise DESMET et Denis NGUYEN suivront cette formation dont la certification se fera en fin du 2^{ème} module. Christiane DESSUILLE et Fabienne GRANGE sont leurs tutrices depuis avril 2017 et les préparent à l'examen pédagogique.

- Le 30 avril 2017 nous avons organisé la préparation aux passages de grades 1er et 2^{ème} duan de la région Hauts de France au gymnase des Sablons de Méru. Françoise DESMET et Georges EMERIAU y assistaient.
- Patricia Coulon, leur entraîneur et professeur participe chaque année aux épreuves d'examens et de compétition en tant que juge national. Au niveau régional elle est présidente des Hauts de France FAEMC et responsable technique des passages de grades 1^{er} et 2^{ème} duan des arts martiaux chinois internes de la FAEMC. Elle a été récompensée lors du festival des Arts Martiaux Chinois de la FAEMC qui a eu lieu le 21 mai 2016 à Paris pour son engagement bénévole qui a contribué à la vie et au développement de la Fédération. Il lui a été remis la distinction honorifique du Junzi d'or, qui se réfère au choix de Confucius pour désigner ses élèves engagés sur la voie de l'apprentissage sans fin.
- Le WE des 10/11 juin 2017 à Paris : c'est la consécration de tant d'efforts pour :
 - Patrice VANNIER qui obtient son diplôme de Moniteur fédéral
 - Christian VERNEY et Rodolphe ROUSSEL obtiennent leur diplôme CQP MO (certificat de qualification professionnelle moniteur).Toutes nos félicitations.
- Le 18 juin 2017 : réussite de Françoise DESMET et de Georges EMERIAU au 1er duan fédéral de taichi chuan, 1^{ère} étape franchie, nous les félicitons et leur souhaitons de toujours aller plus haut.



Association "Art de Longue Vie"

32, rue du Val de Pouilly (60790) VALDAMPIERRE
☎ 03.44.79.13.24 - patriciacoulon@wanadoo.fr

Ces excellents résultats sont la juste récompense d'un travail et d'un investissement personnel importants tout au long de l'année. Nous sommes tous concernés par ces résultats, en fait, notre cellule « Art de Longue Vie » se porte à merveille, nous rayonnons de vitalité, il y fait bon vivre (Nous y fonctionnons à l'image d'une ruche, chacun sa tâche). Merci à chacun d'entre vous d'y adhérer.

- En plus des entraînements hebdomadaires dans les différents lieux de cours, les stages mensuels de perfectionnement sont l'occasion de rassembler les adhérents de leur permettre d'approfondir leur pratique et de rencontrer d'autres partenaires.

Courant juin Désiré DEFOREL, vice-président de l'association a démarché la commune de Persan pour un futur cours fin 2017/début 2018, croisons les doigts...

En juillet du 15 au 21 nous avons pour la première fois été au Château des Hayes dans le Maine et Loire pour y faire un stage de longue durée. Ce lieu est fréquenté depuis une vingtaine d'années par l'association TOUM qui a bien voulu nous concéder ces quelques jours.

Tous ceux qui ont eu le bonheur de voir ce lieu y ont découvert de nombreuses ballades possibles en forêt dans le vaste parc parmi les paons et le long de petits lacs, dans la campagne ; c'est un cadre très agréable : espace, tranquillité, liberté favorisent, entre autres choses, l'étude du mouvement.

Nous sommes conscients que toutes ces réalisations et succès ont été possibles grâce à l'aide de la ville de Méru par la mise à disposition de ses moyens logistiques -prêt des salles nécessaires à l'organisation des cours et des stages- et par son soutien financier. La municipalité contribue grandement à la progression de notre association et nous permet de faire connaître notre art martial, de préparer sereinement les compétitions et de former nos gradés.

En résumé nous terminons une année sportive fertile et nous pouvons remercier tous ceux qui ont œuvré à ces réussites.

Daniel COULON
Président de la l'association