

Les Temps du Corps

TARIFS & HORAIRES

Sept 2025 - juin 2026



Les Temps du Corps



École de pensée reconnue en France et en Chine, Les Temps du Corps, créée fin 1992 de la rencontre passionnée de KE Wen et Dominique CASAÏS, développe la culture chinoise en France. Elle inscrit son action dans la durée et la qualité pour apporter des techniques et une philosophie axée sur la santé, l'épanouissement et la spiritualité issus de cette culture millénaire.

La pensée chinoise et le concept du Qi, le souffle, s'intéressent aux transformations et aux relations de tout ce qui existe. Les outils de cette culture du vivant peuvent aider chacun à se construire et à développer ses qualités et sa vitalité tout en établissant une relation équilibrée et harmonieuse avec son entourage.

Pionnier il y a déjà 30 ans, les Temps du Corps a joué un rôle majeur dans la diffusion des techniques énergétiques et de la culture chinoise en France, tout en adaptant la pédagogie des méthodes à nos bases occidentales.

Ici, nous venons tous partager le meilleur de nous-mêmes. Au travers de la pratique, venons faire résonner énergie positive et harmonie.

La philosophie des Temps du Corps est basée sur l'éthique, l'authenticité et la qualité. Les liens avec de nombreux instituts, écoles et maîtres en Chine lui permettent d'organiser des événements internationaux, des colloques, ainsi que des recherches et des productions, dans une approche transculturelle en phase avec les évolutions et les attentes de nos sociétés contemporaines.



Les différentes formes d'enseignement

Les enseignements proposés aux Temps du Corps visent à vous procurer les moyens et les outils pour travailler et relier ces trois niveaux qui nous constituent : le corps, l'énergie et l'esprit ou la conscience.

Selon vos propres objectifs et en fonction de vos possibilités, différents formats sont accessibles aux Temps du Corps.

Les cours hebdomadaires

Les cours permettent un travail régulier pour s'initier et approfondir les différentes méthodes.

Ils permettent une progression tout au long de l'année.

Les ateliers et stages

Les ateliers et stages de Qi Gong permettent au cours d'une seule séance - généralement d'une demi-journée ou d'une soirée pour les ateliers, d'un week-end pour les stages - d'approfondir une méthode de travail énergétique ou d'acquérir une nouvelle technique que l'on peut travailler chez soi. Les ateliers comme les stages peuvent s'effectuer séparément.

Les conférences et webinaires

Les conférences permettent aux pratiquants de mieux comprendre les fondements de la culture et de la médecine chinoises. Elles offrent à tous une connaissance très actuelle

et vivante de cette culture millénaire, comme un outil de compréhension d'une vie équilibrée.

Les formations

Les formations sont le fondement de l'éthique des Temps du Corps. Elles construisent un chemin de l'interculturel. C'est une aventure humaine pour se construire et éveiller une conscience collective. C'est un chemin de vie de transformation du corps, du cœur et de l'esprit.

Zoom

La quasi-totalité de nos activités est proposée à la fois en présentiel et en ligne sur la plateforme Zoom (hormis les cours et activités de massage, chamanisme, stages en résidentiel et soirées).

Les replays (rediffusions) sont proposés uniquement à la demande pour les conférences, ateliers et stages pour une durée de deux semaines. Les cours hebdomadaires ne sont proposés qu'en direct (pas de replay).



Les Temps du Corps et les enseignements

Le Qi Gong, le Tai Ji Quan, le Qi Dance, la méditation et la médecine chinoises visent à l'épanouissement individuel de l'être, à l'entretien de la santé, à l'équilibre émotionnel et à l'unité entre l'esprit et le corps. Ils stimulent le fonctionnement organique et visent, au plus profond de nous-mêmes, à l'élaboration d'un équilibre subtil entre santé et spiritualité.

Qi Gong est composé de deux idéogrammes chinois :

- Qi, qui se traduit par énergie, souffle.
- Gong, qui désigne le travail, la technique ainsi que la maîtrise, le résultat que l'on recherche à travers les exercices.

Le Qi Gong fait partie des trésors de la culture chinoise. Son histoire de plus de 2 500 ans est liée au développement de ses grands courants, comme le taoïsme, le bouddhisme, la médecine traditionnelle chinoise et les arts martiaux traditionnels.

Tai Ji Quan et Arts martiaux internes, ces trois caractères signifient mot à mot : « boxe (Quan) du principe suprême Yin-Yang » ; Tai Ji étant le nom du dessin où deux « gouttes » noire et blanche s'entrelacent pour évoquer le couple dynamique du yin et du yang. Ainsi se trouve bien résumé l'objectif de ce magnifique art physique : harmoniser les techniques du travail énergétique avec l'efficacité des arts martiaux. La logique des mouvements est celle des arts martiaux, mais leur manifestation est celle de l'énergie interne du corps. À la rapidité est substituée la lenteur, gage de concentration et de rencontre harmonieuse avec le fond de soi-même.

Arts martiaux externes sont souvent appelés « Kung Fu. » pour désigner la force interne et les capacités d'agilité et de souplesse de leurs adeptes. Ils sont enseignés aux Temps du Corps non dans un but compétitif mais pour développer sa capacité physique et énergétique dans l'expression dynamique d'un art authentique et épanouissant.

Méditation favorise un état d'éveil et de disponibilité afin de vivre en pleine conscience chaque instant présent. Cette technique ancestrale permet de trouver le calme en réunissant le corps, le Qi et l'esprit, pour se connecter à la source inépuisable de l'univers et de la vie.

Qi Dance offre une expérience métissée, entre la richesse incarnée des pratiques énergétiques asiatiques (méditation, Qi Gong, Tai Ji Quan et arts martiaux) et l'expression créative de la danse occidentale.

Le Qi Dance ouvre un nouvel espace d'expérience entre le corps, les émotions, la conscience et la création. Il est une forme de Qi Gong ouverte à l'expression émotionnelle et esthétique, dans une visée artistique. Cette méthode, fruit d'années de recherches, favorise une transformation des relations de l'être à soi, aux autres et à l'environnement.

Médecine chinoise est plus que jamais adaptée à notre monde et aux problèmes de santé qui nous préoccupent. Les découvertes scientifiques modernes nous encouragent tout particulièrement à jeter un pont entre l'Orient et l'Occident car, loin d'invalider cette science ancienne, nos découvertes scientifiques modernes au contraire ne cessent de la corroborer et consolider. Cette fascinante rencontre est-ouest nous permet d'établir de solides bases de prévention et d'entretien de cette "santé radieuse" chère aux Taoïstes, bien au-delà de la simple absence de symptômes, dans une démarche d'équilibre global.

TARIFS & HORAIRES DES ACTIVITES

Pour les explications sur le contenu des cours, stages, ateliers et conférences voir la brochure de présentation des Temps du Corps et notre site www.tempsducorps.org

Cours hebdomadaires

Nous sommes une association et un centre de formation reconnus. Nous encourageons le forfait annuel, puisque la continuité, l'engagement et la persévérance sont les clés d'une bonne pratique de santé et de spiritualité.

Les cours débutent le 8 septembre 2025 et se terminent le 26 juin 2026.

Forfaits pour les cours en présentiel uniquement :

- **Un forfait annuel** (37 semaines)

Forfait 1h/semaine : 380 €

Forfait 1h15/semaine : 435 €

Forfait 1h30/semaine : 470 €

- **Un forfait partiel** valable du 5 janvier au 26 juin 2026 (22 semaines)

Forfait 1h/semaine : 250 €

Forfait 1h15/semaine : 290 €

Forfait 1h30/semaine : 320 €

Il est économiquement beaucoup plus avantageux de choisir un forfait, dès que vous participez à une séance par semaine.

En cas de souscriptions à plusieurs forfaits, le tarif réduit s'applique à partir du 2^{ème} forfait.

Tous les cours hebdomadaires du 8 au 12 septembre sont gratuits (dans la limite de 3 cours/personne). A partir du 15 septembre, il n'y a plus de cours d'essai gratuit. Les cours réglés à l'unité avant la souscription du forfait ne sont pas déductibles.

Nous vous proposons également **une carte métal** : 150 € pour 12 heures de cours (valable 3 mois à partir de la date d'achat). Cette carte n'est utilisable que pour les cours hebdomadaires.

Stages & ateliers

Les inscriptions aux stages et ateliers sont obligatoires au moins 48h avant. Inscription via le site internet fortement recommandée :

www.tempsducorps.org/activite

Les dates ou lieux des ateliers et stages peuvent être modifiés en cours d'année. Demandez une confirmation à l'accueil, au secrétariat (secretariat@tempsducorps.org) ou consultez notre site internet.

Suspensions des cours

(Durant les vacances scolaires et jours fériés)

- du 22 décembre 2025 au 4 janvier 2026
- du 23 février au 1^{er} mars 2026
- du 20 avril au 3 mai 2026
- ainsi que les jours fériés : 11 novembre 2025, 6 avril, 1^{er}, 8, 14 et 25 mai 2026

L'année comporte 37 semaines de cours.

Activités sur zoom

- Pour les cours : tarif unique : 10€/1h, 16€/1h15 et 16€/1h30.
- Pour les stages et ateliers : tarif unique avec replay pendant 14 jours.
- Pour les conférences : tarif identique au présentiel.

Adhésion

L'adhésion à l'association est obligatoire pour participer aux activités régulières.

L'adhésion aux Temps du Corps est de 30 €. Elle est valable du 1^{er} septembre 2025 au 31 août 2026.

L'adhésion en tant que membre actif (avec droit de vote à l'Assemblée Générale de l'association) est de 32 €.

Licence fédérale

L'association Les Temps du Corps est membre de la Fédération Française des Arts Energétiques et Martiaux Chinois (FFAEMC : www.faemc.fr).

Tarifs de la licence :

Licence : 35€ (+12 ans)

Les réductions

Cours - ateliers – stages

- Le tarif réduit est accordé uniquement aux adhérents de l'association : étudiants, bénéficiaires de l'allocation chômage/RSA sur présentation d'un justificatif datant de moins de 3 mois. Le tarif réduit est également accordé aux élèves inscrits en formation (cycle de 2 ans minimum) aux Temps du Corps.

- Après le paiement d'un premier forfait hebdomadaire, le deuxième forfait et les suivants sont accordés au tarif réduit sur le/les forfaits les moins chers.

Aucune autre réduction ne peut s'appliquer.

Annulation & Avoir

Quel que soit le motif, l'absence à une session d'activité des Temps du Corps n'est pas remboursée.

- Dans le cadre d'un forfait, en cas d'absence d'un professeur, ou d'un manquement des Temps du Corps, l'élève peut rattraper la séance par un autre cours avec le même enseignant.
- Pour toute absence à un cours hebdomadaire du fait du participant, le rattrapage n'est pas inclus dans le cadre du forfait.
- En cas d'arrêt prolongé ou définitif ayant pour cause un motif médical, déménagement, ou perte d'emploi, le justificatif doit être envoyé par mail à : secretariat@tempsducors.org dans les 15 jours après l'arrêt. L'avoir sera valable jusqu'au 27/06/2026.

Lieu des activités régulières

10, rue de l'échiquier – 75010 Paris

M° Bonne Nouvelle / Strasbourg Saint-Denis

Lieu des masterclasses de 6 jours

7, rue d'Ételles - 77930 Saint-Sauveur sur Ecole

Restez informés

Site web : www.tempsducors.org

E-mail : secretariat@tempsducors.org

Tel : 01 48 01 68 28

Facebook :

www.facebook.com/lestempsducors1

Instagram : temps_du_corps

COURS HEBDOMADAIRES

TARIFS	Cours à l'unité			Forfait annuel	
	Tarif plein	Tarif réduit	Sur Zoom	Tarif plein	Tarif réduit
Cours d'1h	15 €	12 €	10€	380 €	305 €
Cours d'1h15	20 €	16 €	16€	435 €	350 €
Cours d'1h30	20 €	16 €	16€	470 €	375 €

LUNDI			
10h00-11h00	Qi Gong	Grande danse Dawu et Mawang Dui	<i>LIU Cui Fang</i>
11h00-12h00	Qi Gong	Qi Gong pour les seniors	<i>LIU Cui Fang</i>
12h30-13h30	Qi Gong	Tai Yi de l'envol du dragon	<i>LIU Cui Fang</i>
14h30-15h30	Arts martiaux	Fuchen	<i>LIU Cui Fang</i>
17h30-18h30	Qi Gong	Acquérir les bases du Qi Gong /20 mouvements essentiels de Qi Gong	<i>Laurence FERAL</i>
17h30-19h00	Arts martiaux	Kung Fu adultes	<i>LIU Cui Fang</i>
18h30-19h30	Qi Gong	Qi Gong général	<i>Guy PIGEROULET</i>
18h30-19h30	Qi Gong	20 mouvements essentiels de Qi Gong	<i>Anny RAKOTOMALALA</i>
19h00-20h00	Arts martiaux	36 mouvements de Tai Ji du Wudang	<i>LIU Cui Fang</i>
19h30-20h30	Qi Gong	Dao Yin et méditation	<i>Guy PIGEROULET</i>

MARDI			
10h00-11h00	Méditation	Méditation et mantras taoïstes	<i>WEI Wu</i>
10h00-11h00	Qi Gong	20 mouvements essentiels de Qi Gong	<i>Frédéric VERNAY</i>
11h00-12h00	Qi Gong	Renforcer la vitalité par les 5 organes	<i>LIU Cui Fang</i>
12h30-13h30	Tai Ji	Tai Ji Yang traditionnel	<i>LIU Cui Fang</i>
12h30-13h30	Qi Gong	12 mouvements de Dao Yin	<i>René TRAN-MINH</i>
18h00-19h00	Qi Gong	20 mouvements essentiels de Qi Gong	<i>Elise BRUNEL</i>
18h00-19h30	Qi Gong	Nei Yang Gong – 1 ^{ère} méthode	<i>Anny RAKOTOMALALA</i>
19h00-20h15	Tai Ji	Tai Ji Zhao Bao	<i>ZHANG Ai Jun</i>
19h30-20h45	Qi Gong	Qi Gong ouverture et étirement et 24 énergies	<i>René TRAN-MINH</i>
20h15-21h30	Arts martiaux	Boxe du petit moine	<i>ZHANG Ai Jun</i>

MERCREDI			
11h00-12h00	Qi Gong	8 brocarts - Ba Duan Jin	<i>Lucille WU</i>
11h00-12h30	Tai Ji	Tai Ji Yang - 24 Mouvements	<i>LIU Cui Fang</i>
12h30-13h30	Tai Ji	Tai Ji de l'éventail	<i>LIU Cui Fang</i>
16h30-17h30	Qi Gong	20 mouvements essentiels de Qi Gong	<i>Mélanie JACKSON</i>
18h00-19h00	Qi Gong	Dao Yin Yangsheng Gong	<i>Mélanie JACKSON</i>
19h00-20h15	Tai Ji	Tai Ji Chen	<i>ZHANG Ai Jun</i>
20h15-21h30	Tai Ji	Tai Ji Xin Yi – position de l'arbre	<i>ZHANG Ai Jun</i>

JEUDI			
10h00-11h00	Qi Gong	Qi Gong du matin	<i>Anny RAKOTOMALALA</i>
11h00-12h00	Qi Gong	Qi Gong pour les seniors	<i>Lucille WU</i>
11h30-12h30	Qi Gong	8 brocarts - Ba Duan Jin	<i>Anny RAKOTOMALALA</i>
12h30-13h30	Qi Gong	Position de l'arbre et 20 mouvements essentiels de Qi Gong	<i>Anny RAKOTOMALALA</i>
18h30-19h30	Qi Gong	20 mouvements essentiels de Qi Gong	<i>Guy PIGEROULET</i>

 VENDREDI			
12h30-13h30	Qi Gong	Qi Gong des 6 harmonies et 5 éléments	<i>René TRAN-MINH</i>

COURS HEBDOMADAIRES AU MOULIN DE LA FLEUR D'OR

avec Maître KE Wen et Olga CAYOT

Mardi - 18h00-19h00 : Pratique dynamique / Enseignement de Maître KE Wen (à base d'exercice de Qi Gong, Tai Ji Quan, méditation)

Du 23 septembre 2025 au 29 juin 2026

Forfait annuel 380€ | 15€/séance

ATELIERS

TARIFS

	Adhérent	Réduit	Non-adhérent	Zoom
Atelier 1h00	18€			
Atelier 1h30	25 €			
Atelier 2h00	30€			
Atelier 2h30	40€			
Atelier 3h00	40 €	35 €	45 €	45 €

LE CHANT DU SOUFFLE	Samedi 13 juin 2026 de 9h30 à 12h30	<i>Elisa VELLIA</i>
CERCLE DE LA LUNE	Mercredi 17 juin 2026 de 19h00 à 22h00	<i>Dounia TRABELSI</i>
MEDITATION ET VOYAGE SONORE (TAMBOUR ET CHANT)	Jeudi 18 juin 2026 de 19h30 à 20h30	<i>Guy PIGEROULET</i>
QI GONG DES 5 ORGANES AU FIL DES SAISONS	Samedi 20 juin 2026 de 9h30 à 12h30	<i>Patricia REPELLIN</i>
NEI YANG GONG DYNAMIQUE 1^{ère} méthode	Vendredi 19 juin 2026 de 9h30 à 12h30	
QI GONG DE LA FEMME	Jeudi 18 juin 2026 de 18h00 à 19h30	
QI GONG DU BATON	Samedi 20 juin 2026 de 14h00 à 17h00	
QI GONG DES 5 ANIMAUX	Vendredi 19 juin de 14h00 à 17h00 - <i>Grue</i>	
8 PIECES DE BROCARD	Dimanche 21 juin de 9h30 à 12h30	<i>Lucille WU</i>
TAI JI STYLE WU	Dimanche 21 juin de 14h00 à 17h00	
24 ENERGIES SAISON ETE	Samedi 20 juin de 9h30 à 12h30	<i>René Tran Minh</i>
	Samedi 27 juin de 9h30 à 12h30	
AUTOMASSAGES AU GUASHA (jambes)	Samedi 20 juin 2026 2025 de 14h00 à 15h30	<i>Carole BERTHELOT</i>
BEAUTE ET DETENTE DU VISAGE	Mercredi 24 juin 2026 de 19h00 à 20h30	

STAGES A PARIS

Les dates des ateliers et stages peuvent être modifiés en cours d'année.

Demandez une confirmation à l'accueil au 01 48 01 68 28 ou consultez notre site internet :

www.tempsducorps.org

TARIFS

	Adhérent	Réduit	Non-adhérent	Zoom
Stage 1 jour	75 €	65 €	85 €	85 €
Stage 2 jours	145 €	125 €	160 €	160 €

JUIN 2026

QI GONG POUR DETENDRE LE COEUR EN CALMANT LE SANG Mélodie des 5 organes	Samedi 13/14 juin 2026 Samedi de 9h30 à 17h30 Dimanche de 9h30 à 17h00	<i>René TRAN-MINH</i>
QI GONG POUR DETENDRE LES TENDONS EN RENFORÇANT LES OS	21 juin 2026 Dimanche de 9h30 à 17h00	<i>Patricia REPELLIN</i>

KE Wen

L'étincelle créatrice

KE Wen, experte, chercheuse et auteure internationale sur la culture et la philosophie chinoises, cofondatrice et directrice pédagogique du centre de culture chinoise Les Temps du Corps, docteur en pédagogie de sports traditionnels, membre du comité exécutif de la Fédération internationale de Qi Gong de santé, héritière de la culture des arts martiaux de Wudang.

Pionnière et communicatrice

Depuis plus de 30 ans, KE Wen trace un chemin de transmission et de résonance en suivant une vision à long terme. Échanges et ouverture, son action est centrée sur l'union entre l'humain et l'univers vivant, en portant une attention particulière à la qualité et à la richesse de son enseignement. Ainsi, elle rassemble autour d'elle sur ce chemin une équipe riche d'une belle diversité, et travaille en lien profond avec des instituts, des écoles, des maîtres en Chine sur le sens profond de la pratique dans le monde moderne

Chercheuse et écrivaine

KE Wen a toujours poursuivi sa recherche profonde sur la philosophie de vie, l'art et le sens de l'existence. Tout au long de ces 30 ans, 5 ouvrages ont été publiés : • “Entrez dans la pratique du Qi Gong”, réédité 8 fois déjà et ayant contribué largement à la diffusion de la culture du Qi Gong en France en rencontrant un grand succès • “La voie du calme”, co-écrit avec le Docteur Zhang Ming Liang • “Les trésors de la médecine traditionnelle chinoise dans le monde d'aujourd'hui”, co-écrit avec le Docteur Liliane Papin • La traduction française du classique chinois de la pureté et du calme “Qing Jing Jing”, co-écrit avec Sophie Faure • “Qi Gong et méditation pour les yeux (la lumière du regard)” Tous ces livres sont parus aux Éditions du Courrier du livre. Ces 5 livres montrent le développement de l'éthique et de la voie de la sagesse orientale vers la société moderne, sagesse qui allie culture, corps, médecine, et spiritualité comme étant inséparables. Ils sont partie intégrante du fondement de l'enseignement des Temps du Corps.

Créatrice artiste

KE Wen se passionne pour la danse depuis son enfance, et a chorégraphié de nombreux spectacles mêlant divers arts et artistes. De cette essence est née une nouvelle forme d'art, le Qi Dance, qui emmène la danse vers une force intérieure à l'écoute de l'instant présent, requiert et amène à la présence totale de l'être et au rayonnement du corps-esprit qui est dans l'unité de l'homme et du ciel ! Elle a ainsi créé l'école internationale de Qi Dance et développé cet enseignement dans le monde entier

Fondatrice de KE Wen Institute

Plus récemment, KE Wen a également fondé Ke Wen Institute (keweninstitute.com), un site internet dédié à son enseignement en ligne, des pratiques énergétiques du Qi Gong et du Tai Ji à la philosophie du Tao.



Les Temps du Corps

Centre de Culture Chinoise

10 Rue de l'Échiquier, 75010 Paris

01 48 01 68 28

secretariat@tempsducorps.org

www.tempsducorps.org

Programme mis à jour le 9 juin 2026