



## **CONTRAT DE FORMATION PROFESSIONNELLE (Articles L.6353-3 et suivants du Code du travail)**

Entre les soussignés :

1) Philippe JULLIEN enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 72 64 03210 64 auprès de la Direction Régionale des Entreprises, de la Concurrence, de la Consommation, du Travail et de l'Emploi (DIRECCTE)

2).....  
...

### **Article 1 : Objet**

En exécution du présent contrat, l'organisme de formation s'engage à organiser l'action de formation intitulée "formation à l'enseignement professionnel du Qi Gong".

### **Article 2 : Nature et caractéristiques de l'action de formation**

- L'action de formation entre dans la catégorie des actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances prévues par l'article L.6313-1 du Code du travail.
- Elle a pour objectif la formation à l'enseignement du Qi Gong
- A l'issue de la formation, une attestation ou un diplôme seront délivrés au stagiaire.
- Sa durée est fixée à 315 heures.
- **Le programme de l'action de formation figure en annexe du présent contrat.**

### **Article 3 : Niveau de connaissances préalables nécessaire avant l'entrée en formation**

Au moins deux ans de pratique sérieuse du Qi Gong en suivant des cours réguliers.

### **Article 4 : Organisation de l'action de formation**

- L'action de formation aura lieu du 18 septembre 2021 au 1<sup>er</sup> juin 2024 alternativement à Bordeaux, au Berceau de St Vincent de Paul près de Dax (40), et à Blaziert dans le Gers.
- Le formateur est Philippe JULLIEN, diplômé de l'Union Pro Qi Gong (UPQG) et membre de sa commission technique.
- Les conditions générales dans lesquelles la formation est dispensée, notamment les moyens pédagogiques et techniques, les modalités de contrôle de connaissances, sont les suivantes : voir annexe

### **Article 5 : Délai de rétractation**

A compter de la date de signature du présent contrat, le stagiaire dispose d'un délai de dix jours pour se rétracter. Il en informe l'organisme de formation par lettre recommandée avec accusé de réception. Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée du stagiaire.

**Article 6 : Dispositions financières**

- Le prix de l'action de formation est fixé à 3654 euros TTC (315 heures à 11,60€/h), soit 1218 euros par an.
- A chaque début d'année scolaire, le stagiaire s'engage à verser la totalité du prix annuel susmentionné selon les modalités de paiement suivantes :
- Les modalités de paiement de la somme sont les suivantes :

Passé le délai de rétractation mentionné à l'article 5 du présent contrat, le stagiaire effectue un premier versement d'un montant de 318€. Le paiement du solde, à la charge du stagiaire, est échelonné au fur à mesure du déroulement de l'action de formation, après dispensation des heures de formation, selon le calendrier suivant :

180 euros après chaque stage de formation réalisé (les cinq premiers s'il y en a plus).

Pour les deuxième et troisième années, le premier versement de 318€ se fera lors du dernier stage annuel (en mai ou juin), concrétisant ainsi l'engagement de l'étudiant sur toute l'année.

**Article 7 : Interruption du stage**

En cas de cessation de la formation du fait de l'organisme de formation les sommes versées par le stagiaire seront remboursées au prorata des stages annulés.

Si le stagiaire est empêché de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue (maladie grave, accident, grossesse, perte de travail), le contrat de formation professionnelle est résilié. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au présent contrat.

**Article 8 : Cas de différend**

Si une constatation ou un différend n'ont pu être réglés à l'amiable, le tribunal de Pau sera seul compétent pour régler le litige.

Fait en double exemplaire, à.....

le, .....

Pour le stagiaire  
(nom et qualité du signataire)

Pour l'organisme  
  
(nom et qualité du  
signataire)

**Annexe:**  
**PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE DE QI GONG**

**Programme 1° année : apprentissage et pratique du Qi Gong, bases théoriques**

**Pratique:**

- Exercices de base
- Mobilisations articulaires
- Posture de l'arbre (Zhan Zhuang)
- Posture Wuji
- Yi Jin Jing – Qi Gong bouddhiste de Shaolin
- La Tortue du Wudang
- Les 18 mouvements de base de l'école
- Auto-massages
- Méditation

**Théorie:**

- Les effets bénéfiques du qi gong
- L'enracinement
- Yin et Yang : théorie et applications dans la pratique
- Wuxing – Les 5 éléments
- Contrôle des connaissances

**Programme 2° année : pratique du qi gong et théorie de l'énergétique chinoise**

**Pratique:**

- Enracinement et détente - rôle des postures et de la respiration
- Wu xing gong (animaux du Wudang) (qi gong avancé)
- Yi jin jing de Shaolin
- Les 18 mouvements de base de l'école (suite)
  - Les postures (suite) - Zhan Zhang (arbre), Ma Bu (cavalier), assise
  - Méditations
- Axe et verticalité
- Enracinement statique et en mouvement
- Centre et transmission : unité du mouvement
- Ondulations de la colonne
- Détente et fluidité

- La respiration : anatomie, compréhension, pratique de différentes respirations
- Révisions des pratiques apprises en 1° année
- Mises en situation d'examen (démonstrations techniques)

**Théorie:**

- Les 5 éléments, les 5 mouvements, les Zhang et les Fu (organes et entrailles)
- Les 3 Dan Tian et le Canal central
- Les 3 Trésors (Jing, Qi, Shen)
- Les 3 régulations de base (corps, respiration, esprit)
- Les méridiens
- Contrôle des connaissances

**Programme 3° année : pratique du qi gong et apprentissage pédagogique**

**Pratique:**

- Pratique allongée du Nei Yang Gong
- Méditations
- Wu xing gong (animaux du Wudang) (qi gong avancé)
- Mises en situation pédagogique
- Révisions des pratiques apprises en 1° et 2° année et travail des principes internes sur tous les enchaînement appris

**Théorie:**

- Les organes et les méridiens (suite)
- Lecture du corps
- Structuration du cours
- Attitude face aux élèves
- Adaptation aux différents publics
- Evaluation qualitative de la pratique

**- Examen blanc**

**- Bilan de formation**