

Erquy. Quarante pratiquants du tuishou sur la plage

 saint-brieuc.maville.com/actu/actudet_-erquy.-quarante-pratiquants-du-tuishou-sur-la-plage_-6833063_actu.Htm

Samedi 31 mai 2025 05:27 ...



1

Les pratiquants du tuishou ont profité de l'ensoleillement du week-end pour pratiquer sur la plage de Caroual. © Ouest-France

Anne Dourday, professeur de taï-chi dans l'association de gymnastique locale, organise, pour la première fois en Bretagne, un stage de tuishou. Il rassemble 40 participants dans la commune pendant ce long week-end de l'Ascension. Quatre jours pour découvrir ou pratiquer cette discipline, aussi appelée « poussée des mains », qui est le prolongement du taijiquan (ou taï-chi-chuan).

Les pratiquants ont suivi les ateliers, en salle, mais aussi sur la plage de Caroual, encadrés par cinq professeurs venus de Vincennes (Val-de-Marne), Laillé (près de Rennes), Saumur ou Angers (Maine-et-Loire).

“ Nous avions envie que tous nos styles s'harmonisent pour emmener ceux qui n'ont jamais poussé aussi loin que ceux qui pratiquent régulièrement ”, insiste Anne Dourday.

“ Cette rencontre est un laboratoire ”

de recherche

pour que l'on avance ensemble , complète Sibylle, professeure venue de Laillé. Elles ont enseigné cette discipline, qui vise à développer l'écoute et à utiliser la force de l'autre, à

travers des ateliers d'exploration du relâchement, la fluidité des mouvements ou encore la prise de conscience de son corps et de l'autre.

“ C'est une première en Bretagne. Nous pourrions accueillir, l'an prochain, un rassemblement de la fédération nationale ”, annonce déjà Anne Dourday.

Ouest-France