



L'ART DU CH
Méthode Stévanovitch

BULLETIN D'INSCRIPTION

Saison 2024-2025

STAGES Mensuels

Salle des Associations - Place de la Mairie - 31540 Maurens

Ces stages permettent de s'immerger plus facilement dans l'écoute intérieure et d'approfondir les techniques énergétiques au sol et dans les mouvements du **Gi Gong et du Tai Ji Quan** :

Ils se déroulent en 2 parties :

- **le Chi** et sa circulation (au sol, position assise ou couchée) avec des exercices de détente, respiration, étirements, auto-massages, etc.
Pause
- les postures de Qi Gong et/ou Tai Ji Quan

Les débutants pourront ainsi plus facilement s'intégrer dans un cours hebdomadaire ou dans les pratiques offertes le dimanche matin (cf le site).

Inscription

Prénom : Nom :

Email : Tél. :,.....

Dates de ou des stages choisies de 10h à 13 h00

- | | | | |
|----------|-----------------------------------|----------------------------------|--|
| Dimanche | <input type="checkbox"/> 22 Sept. | <input type="checkbox"/> 12 Oct. | <input type="checkbox"/> 17 Déc. 2024 |
| Dimanche | <input type="checkbox"/> 19 Jan. | <input type="checkbox"/> 9 Fév. | <input type="checkbox"/> 2 Mars. <input type="checkbox"/> 23 Mars 2025 |
| Dimanche | <input type="checkbox"/> 17 Avril | <input type="checkbox"/> 4 Mai | <input type="checkbox"/> 18 Mai. <input type="checkbox"/> 22 juin |

Règlement :

- Par virement sur le compte de l'association LAMIT'CHI
IBAN : FR75 2004 1010 0826 1356 2T02 995 - BIC : PSSTFRPPMAR - La Banque Postale
- Sur place par chèque ou espèces

N'hésitez pas à me contacter pour toutes informations complémentaires au
06 83 24 27 47 ou par Courriel : lamitchi26@gmail.com

Site : www.lamitchitaijiquan04.com

Frais pédagogiques

1/2 journée : 40 €

Engagement 3 stages : 105 €
Facilité de paiement en plusieurs fois

Merci de confirmer votre d'inscription par mail au plus tard 15 jours avant Le stage