



# BULLETIN D'INSCRIPTION

Saison 2022-2023

STAGES Mensuels

Route des Platanes - 31540 Maurens

Ces stages permettent aux débutants de s'initier et de découvrir notre manière de pratiquer. Ils 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 debout.

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

## Inscription

Prénom : ..... Nom : .....  
Email : ..... Tél. : .....

Dates Stage choisies de 10h à 13 h00:.

Dimanche  29 janv.                       26 fev.  
Dimanche  26 mars                       30 avril

## Frais pédagogiques

1/2 journée : 40 €                       Engagement 2 stages : 70 €

**Adhésion** à l'Association pour toute personne ne suivant pas de cours hebdomadaires : **3 €**  
Facilités de paiement en plusieurs fois

## Règlement :

- **Par virement** sur le compte de l'association LAMIT'CHI  
IBAN : FR75 2004 1010 0826 1356 2T02 995 - BIC : PSSTFRPPMAR - La Banque Postale
- **Possibilité de régler sur place**

N'hésitez pas à me contacter pour toutes informations complémentaires

Au **06 83 24 27 47** ou par mail : [lamitchi26@gmail.com](mailto:lamitchi26@gmail.com)

Site : [www.lamitchitaijiquan04.com](http://www.lamitchitaijiquan04.com)

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