

Cours de Qi Gong

NOUVEAUX CYCLES POUR LA RENTREE DE SEPTEMBRE 2026 - 2027

Le Qi Gong est un art énergétique basé sur des mouvements appliquant les principes de la physiologie et de la philosophie chinoise. Le but est d'entretenir santé et bien-être, en harmonisant le corps, la respiration, l'esprit. Cette pratique favorise la bonne circulation des énergies, la concentration et la mémoire. Les exercices de Qi Gong, sont essentiellement préventifs et constituent une pratique de bien-être physique et mental.

La pratique quotidienne permet de retrouver ou de conserver l'équilibre indispensable à une vie harmonieuse sur tous les plans : spirituel, psychique et physique.

Cours de Qi Gong	Les jeudis de 19h à 20h15	Au gymnase Anne Frank A Colmar	Début des cours le jeudi 17 septembre 2026	Coût annuel 330€ Inclus les cotisations et l'assurance
------------------	------------------------------	--------------------------------------	--	---

✂.....

BULLETIN D'INSCRIPTION POUR LES COURS DE QI GONG 2026 - 2027

Nom : Prénom :

Date de naissance

Adresse :

Tél :

E mail :

Modalités d'inscription :

La place est retenue selon l'ordre des inscriptions accompagnées d'arrhes de **65 €**. Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront prises en compte dans leur ordre d'arrivée. Chèque à l'ordre de **Song ARUN**.

** **Conditions de participation à ce cours** : J'accueille avec plaisir quelques nouveaux participants dans ce groupe, tout en précisant qu'il s'agit d'un cours de niveau avancé. Pour participer à ce cours, il est demandé :*

1. d'assister régulièrement aux séances
2. d'avoir la possibilité de pratiquer en dehors des cours, idéalement 2 à 3 fois par semaine, à raison de 15 à 20 minutes par pratique. Cette régularité permet une meilleure intégration des enseignements et un approfondissement progressif de la pratique.

Renseignement :

Tél : 06 66 47 61 86 E mail : songarun3@gmail.com site internet : <https://taiji-song.com>

- **Pour toute information concernant les cours avancés de Taijiquan,**
- **les mercredi soir de 19 h à 21 h, n'hésitez pas à contacter**
Song ARUN au 06 66 47 61 86