



L'ASCET 82 organise des cours de Qi Gong tous les lundi de 12h 30 à 13h 30.

Les cours sont donnés par Isabelle Decoudun, professeur de Qi Gong.

La reprise des cours aura lieu : lundi 19 septembre.

Le Qi Gong est une gymnastique chinoise qui est basée sur le contrôle de la respiration. Il se compose en effet de deux idéogrammes chinois : « Qi » signifie « souffle », ou « énergie » et « Gong » traduit la « maîtrise ». Cette discipline repose sur trois principes : « des mouvements du corps lents et détendus, des techniques de respiration synchronisée avec le geste, ainsi qu'une éducation à la concentration », explique la Fédération des enseignants de Qi Gong art énergétique (FEQGAE).

BULLETIN D'INSCRIPTION

QI GONG

Saison 2022-2023

Nom :

Prénom :

Service :

N° de portable :

Adresse mail :

N° professionnel :

Règlement de x 50 € / personne, soit € *

*** Activité réglable par chèques-vacances ou chèques libellés à l'ordre de : ASCET 82 et à retourner à ASCET 82, Section SPORTS, 2 quai de Verdun – 82 000 Montauban**

	Prix de l'activité	Adhésions 2022	Total
Adhérents ASCET 82 adultes x 50 € =	-- €
Extérieurs ASCET 82 adultes x 50 € =	<input type="checkbox"/> Carte annuelle : 16 € € *

* : Pour les extérieurs, merci de faire deux chèques différents (un pour l'adhésion et l'autre pour l'activité).

Rappel :

Les personnes extérieures doivent impérativement adhérer à l'association pour participer à cette activité, en prenant une carte à l'année au prix de 16 €/personne.