

**BULLETIN D'INSCRIPTION**  
**QI GONG 2025/26**



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

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

**La reprise des cours aura lieu : lundi 15 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).*

**Saison 2025-2026**

**Nom :** .....

**Prénom :** .....

**Service :** .....

**N° de portable :** .....

**Adresse mail :** .....

**N° professionnel :** .....

- \* Cotisation de 65 € / personne, à régler en 2 paiements :**  
 - 1<sup>er</sup> règlement de 40 € (encaissement d'ici la fin de l'année 2025)  
 - 2<sup>ème</sup> règlement de 25 € (encaissement à partir de janvier 2026)

\* Activité réglable par chèques-vacances ou en ligne, via le lien suivant : <https://www.payasso.fr/ascet-82/atelier-qi-gong>

	<b>Prix de l'activité</b>	<b>Adhésions 2024</b>	<b>Total</b>
<b>Adhérents ASCET 82</b> adultes	..... x 65 € *en 2 paiements= .....	--	..... €
<b>Extérieurs ASCET 82</b> adultes	..... x 65 € *en 2 paiements= .....	<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.**