



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.**