

**« Association L'Eveil du Geste »
2021 / 2022 avec Ana Perocco**

Cours et horaires

	Tai Ji Quan	Qi gong	Lieu *
Lundi	19h à 20h	10h à 11h et 11h30 à 12h30 (3ème âge)	L'Eau Vive
Lundi		14h à 15h	L'Eau Vive
Mardi		9h30 à 10h30 10h45 à 11h45	L'Eau Vive
Mardi		19h15 à 20h15 20h30 à 21h30	Relais Saint-Louis
Mercredi <i>Une fois par mois</i>		20h à 21h30 <i>QG des saisons</i>	Relais Saint-Louis
Jeudi	9h30 à 10h30	10h45 à 11h45	L'Eau Vive
Vendredi	10h45 à 11h45	9h30 à 10h30	Relais Saint-Louis
Samedi	10h45 à 11h45 10h45 à 12h15 (sabre-une fois par mois)	9h30 à 10h30	Gymnase Finaltéri

Stages

Dimanches de 9h30 à 12h30 au Relais Saint-Louis

- ✓ Qi Gong d'automne: 10 octobre 2021
- ✓ Qi Gong d'hiver: 16 janvier 2022
- ✓ Qi Gong du printemps: 20 mars 2022
- ✓ Qi Gong d'été: 22 mai 2022
- ✓ 3 jours : Qi Gong d'été : 4 au 6 juillet 2022 à Chatou

Ateliers

- ✓ **Qi Gong des Saisons / Un mercredi par mois / 20h / 21h30** : au Relais Saint-Louis et « online »
Exercices qui suivent le rythme des cycles des saisons dans un travail global qui harmonise l'énergie du corps et de l'esprit. Une série différente dans chaque atelier :
6 oct. / 17 nov. / 8 déc.2021 et 12 janv. / 9 fév. / 16 mars / 13 avril / 18 mai 2022

*L'Eau Vive : 15 Av d'Eprémesnil

*Relais Saint-Louis : 30 bis Rue Auguste Renoir

*Gymnase Finaltéri : 197 Rue des Landes

Cotisation annuelle pour 30 cours hebdomadaires minimum : **395€ (possibilité de payer en 3 fois)**

Stage: 36 € la matinée / Atelier: 18 € la séance

Adhésions obligatoires: Association l'Eveil du Geste : 16€

L'Eau Vive ou Fédération Sports pour Tous : 27€ _ Selon lieu de suivi des cours