

# *Stages et Ateliers 2018 / 2019* avec Ana Perocco

## *Association L'Eveil du Geste*

### **Stages**

- ✓ Qi Gong d'automne: **Dimanche 14 octobre 2018** / 9h30 / 12h30 au Relais Saint-Louis
- ✓ Qi Gong d'hiver: **Dimanche 27 janvier 2019** / 9h30 / 12h30 au Relais Saint-Louis
- ✓ Qi Gong et Chant: **Dimanche 17 mars 2019** / 10h / 16h30 au Relais Saint-Louis  
Avec Ana Perocco et Michel Delamare (chant)
- ✓ Qi Gong du printemps: **Dimanche 7 avril 2019** / 9h30 / 12h30 au Relais Saint-Louis
- ✓ Qi Gong d'été: **du lundi 1<sup>er</sup> au mercredi 3 juillet 2019** / 9h30 / 12h30 à Chatou

### **Ateliers**

- ✓ **Qi Gong pour les cervicales et le dos:** au Relais Saint-Louis

**Un mercredi par mois** / 20h / 21h30

26 sept. / 17 oct. / 14 nov. / 12 déc. 2018 / 16 jan. / 20 fév. / 27 mars / 15 mai 2019

Cette méthode du Nei Yang Gong a reçu le prix de l'Académie des Sciences de Pékin.

- ✓ **Soirées découvertes « le Bonheur »** **jeudi** / 20h / 21h30

avec différents intervenants / **Participation libre.**

**29 novembre 2018:** Atelier « Se relier à soi-même avec l'Arbre de Vie » Avec Anne Schwoerer

**7 février 2019 :** Atelier : « Le bonheur au travail et à la retraite » Avec Marie-Claire Le Reun

**21 mars 2019 :** Conférence « Sois ce que tu es, un potentiel infini. » Avec Bénédicte Charpentier

### **Cours et horaires 2018 / 2019**

	Tai Ji Quan	Qi gong	
<b>Lundi</b>	19h à 20h 10 20h30 à 21h30 (débutants)	11h30 à 12h30 (3ème âge)	<b>L'Eau Vive</b>
<b>Lundi</b>		14h à 15h	<b>L'Eau Vive</b>
<b>Mardi</b>		9h30 à 10h30 (avancés) 10h45 à 11h45	<b>L'Eau Vive</b>
<b>Mardi</b>		19h15 à 20h15 20h30 à 21h30	<b>Relais Saint-Louis</b>
<b>Mercredi</b> <i>Une fois par mois</i>		20h à 21h30 <i>QG des saisons</i>	<b>Relais Saint-Louis</b>
<b>Jeudi</b>	9h30 à 10h50	11h à 12h	<b>L'Eau Vive</b>
<b>Vendredi</b>	10h45 à 11h45	9h30 à 10h30	<b>Relais Saint-Louis</b>
<b>Samedi</b>	10h40 à 11h40(débutants) 10h40 à 12h15 ((avancés)	9h30 à 10h30	<b>C. Sportif Roger Corbin</b>

**Forfait annuel pour 32 cours hebdomadaires : 395€ (possibilité de payer en 3 fois)**

*Stage: 60 € la journée ou 36 € la matinée / Atelier: 18 € la séance*

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

L'Eau Vive ou Fédération Sports pour Tous : 26€ \_ Selon lieu de suivi des cours