

Cours de Qi Gong de Santé, adapté à Tous

Saison
2023 - 2024

Nom :	_____	Prénom :	_____
Rue :	_____	NPA/Lieu :	_____
Téléphone :	_____	Portable :	_____
e-mail :	_____	Né(e) le :	_____
N° AVS :	_____		_____



Pas de cours pendant les vacances scolaires !

Cours	Mercredi
Qi Gong de Santé	Sierre : 09h30 – 10h30 ASLEC Route de la Monderèche 1, 3960 Sierre

Tarifs	1 cours : Fr. 23.00	10 cours : Fr. 230.00	22 cours : Fr. 440.00
		Cours supplémentaire CHF 23.00	Cours supplémentaire CHF 20.00

↑ Entourez l'abonnement choisi ↑

Conditions de paiements

Les abonnements sont payables au plus tard 10 jours après le premier cours (cours d'essai gratuit). Le report de votre abonnement sera accepté **uniquement sur présentation d'un certificat médical**.

Banque Cantonale du Valais, Sion – CCP N° 19-81-6

IBAN N° CH53 0076 5001 0053 3200 9, titulaire : E-Qi-Libre – La Marra Yvette – 3960 Sierre

Conditions générales

Les horaires et les tarifs sont susceptibles d'être modifiés sans préavis. Pas de cours pendant les vacances scolaires. **La saison débute le mercredi 20.09.2023 et se termine le mercredi 22.06.2024 (aucun report)**. Les abonnements sont valables dès signature du présent document ou dès réception du paiement. Certaines caisses-maladies remboursent une partie des abonnements. Nous déclinons toute responsabilité en cas d'accident. Ce document vaut reconnaissance de dette au sens de l'art. 82 LP. Le for juridique est à Sierre.

Lieu et date :

Signature :



Qi Gong de Santé, adapté à Tous

Le Qi Gong de Santé est une gymnastique traditionnelle chinoise plurimillénaire qui fait partie de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) depuis environ 5'000 ans ; au même titre que l'acupuncture, les massages, la pharmacopée et la diététique.

Le mot " Qi Gong " est composé de deux idéogrammes chinois :

" Qi " se traduit par le souffle, l'énergie.

" Gong " désigne le travail, le moyen utilisé, mais aussi la maîtrise et le but recherché.

Le Qi Gong de Santé est fondé sur la connaissance et la maîtrise de l'énergie vitale ; associant mouvements lents, exercices respiratoires, concentration, contrôle de la pensée qui dirige le Qi à l'intérieur du corps.

La pratique du Qi Gong de Santé est infinie. Elle apporte joie intérieure, calme (+ de force à travers le calme), attention pour soi-même et permet de percevoir notre corps dans son ensemble : Jing (corps) Qi (énergie) Shen (esprit), tel un microcosme se fondant dans l'Univers.



Chaque personne doit préalablement s'informer auprès de son assureur si la thérapie et le thérapeute choisis sont remboursés par son assurance complémentaire.

**Plusieurs stages de Qi Gong de Santé sont organisés durant l'année !
Perfectionnez votre technique ... venez pratiquer le Qi Gong avec nous !**

<https://www.rme.ch/therapeute/yvette.lamarra/>