

Pour nous contacter

☰ La Voie du Qi Gong
Maison de quartier de Fin d'Oise
25 avenue du Maréchal Gallieni
78700 Conflans-Sainte-Honorine

☎ 06.95.68.36.40

@ www.lavoieduqigong.fr

✉ info@lavoieduqigong.fr

Nos enseignants

Caroline : 06.09.90.38.08

Christian : 06.84.21.41.98



Association déclarée n° 0783006318 régie par la loi du 1^{er} juillet 1901.

Ne pas jeter sur la voie publique.

LA VOIE DU QI GONG

Association créée en 1991



Qi gong

Le Qi Gong est une pratique à part entière de la Médecine traditionnelle de la Chine ancienne. Sa finalité est *entre autres*, de renforcer l'énergie des reins et ainsi augmenter la puissance de notre système immunitaire. Le Qi Gong permet aussi de stabiliser le mental et l'émotionnel, qui sont les 2 facteurs principaux des maladies internes et de renforcer également notre « Wei Qi » qui constitue notre énergie de défense contre les facteurs externes (froid, sécheresse... et toutes les agressions externes).

La pratique du Qi Gong est une **pratique exceptionnelle, qui équilibre les 3 sphères que sont le corps, l'émotionnel et le mental.** Nous vous invitons à nous rejoindre au plus vite pour découvrir et pratiquer cet art visant à prolonger la vie.

Méditation pleine conscience

Développer l'état de pleine conscience amène à transformer le rapport à son monde interne (pensées, émotions, sensations) et ouvre une plus grande présence au monde.

PLANNING DES ACTIVITES

Maison de Quartier de Chennevières

Rue du Maréchal Ney - Face à la Halle - 78700 Conflans-Sainte-Honorine

| Jours | Horaires | Activités | Professeurs |
|-------|-------------|-----------|-------------|
| Lundi | 9h00-10h30 | Qi gong | Christian |
| Lundi | 10h30-12h00 | Qi gong | Christian |
| Jeudi | 10h30-12h00 | Qi gong | Caroline |

Maison de Quartier de Fin d'Oise

25 avenue du Maréchal Gallieni - 78700 Conflans-Sainte-Honorine

| Jours | Horaires | Activités | Professeurs |
|----------|-------------|-----------|-------------|
| Mardi | 19h00-20h30 | Qi gong | Caroline |
| Mercredi | 17h30-19h00 | Qi gong | Christian |
| Mercredi | 19h00-20h30 | Qi gong | Christian |

En distanciel (via ZOOM)

| Jours | Horaires | Activités | Professeurs |
|-------|-------------|------------------------------|-------------|
| Mardi | 20h30-21h30 | Méditation pleine conscience | Christian |

La Voie du Qi Gong propose aux adhérents au cours de l'année :

- **DES STAGES QI GONG**
- **DES MARCHES ET QI GONG**

Retrouvez les détails des évènements et leurs dates sur www.lavoieduqigong.fr

TARIFS ANNUELS

- Adhésion annuelle : **20 €**
- Cours de Qi gong : **255 € + adhésion 20 €**
 - pour un couple : **455 € + adhésions 40 €**
- 2^{ième} cours de Qi gong : **100 €**
- Méditation sans cours de Qi gong : **150 € + adhésion 20 €**
- Méditation en supplément d'un cours de Qi gong : **80 €**

Un cours d'essai gratuit sans engagement. Inscription possible en cours d'année sur les lieux des cours. Paiement échelonné possible pour les cours à l'année.

Les cours ne sont pas assurés pendant les vacances scolaires.

Le conseil d'administration de l'association peut être amené à procéder à des modifications dans le planning en fonction du nombre d'inscrits.

Reprise des cours
le lundi 9 septembre 2024