

Enseignante :
Muriel ROCHETTE
Diplômée du certificat de praticien IOKAÏ Shiatsu et en
Do In Qi Gong Méthode : Massunaga

TARIFS

	Adhésion annuelle	1 cours / semaine	2 cours / semaine	PAR TRIMESTRE	TOTAL ANNUEL
STRETCHING & DOIN QIGONG	10 €	82 € X 3 246 € / an	122 € X 3 366 € / an	101 €	256 € 376 €

L'adhésion et le règlement s'effectuent en 3 chèques, qui seront débités début octobre, début janvier et début avril.

Les 10 € d'adhésion sont à ajouter au premier chèque.

Document nécessaire : certificat médical.

Inscription : lors des forums

par courrier à M. Rochette 378 chemin des ancolies

73000 Jacob Bellecombette

www.troubadour-danse.fr



TDJ

QI GONG

STRETCHING

REPRISE DES COURS

Jacob Bellecombette "la Jacobelle"
1^{er} cours d'essai

LE 17 SEPTEMBRE 2018.

RENSEIGNEMENTS

-Lors du forum des associations de :

Jacob Bellecombette de 18h00 à 20h00

salle la jacobelle

**Durant les cours pendant le mois de
septembre**

Par téléphone au 06 74 15 41 49

SITE : www.troubadour-danse.fr

NOM.....PRENOM.....

DATE DE NAISSANCE...../...../.....

ADRESSE :.....

.....

PORT :...../...../...../.....

Afin de récupérer vos coordonnées, veuillez nous envoyer un mail à :
troubadourdanse@hotmail.fr

COURS : cocher la case correspondante

O : 1 Cours/ sem : jour et heure.....

O : 2 Cours/ sem : jours et heures.....

O : Cours danse + stretching : Jours et heures

MONTANT TOTAL incluant les 10 € :

N° de chèque :

Banque :

Montant :

Octobre(avec les 10 €)

Janvier

Février

Chèques libellés à l'ordre de « Troubadour dance »

O Je reconnais avoir pris connaissance du règlement intérieur.

DATE :

SIGNATURE

PLANNING DES COURS DO IN QI GONG

LUNDI : 10 h 00 à 11 h 00

MERCREDI : 10 h 00 à 11 h 00

MERCREDI : 19 h 00 à 20 h 00



QI GONG par

stretching et un apport de Shiatsu

C'est l'art de faire circuler l'énergie interne

Le do in Qi Gong permet d'harmoniser toutes les fonctions du corps, de les réveiller, de les régénérer.

Le Qi Gong va vous aider à dynamiser votre énergie vitale, votre "Ki" (Tchi)

Le stretching aide à ouvrir les passages articulaires, étire les muscles.

Les exercices actifs sont destinés à coordonner la conscience et le souffle.

Les exercices passifs aident à décontracter le corps et à apaiser le mental.