

# 氣功

## Le Qi Gong

Le mot Qi signifie : souffle, énergie comme le prana en Inde et le pneuma des grecs. Gong veut dire discipline, mouvement.

Le Qi Gong est donc un art corporel et mental chinois qui utilise des mouvements et des exercices statiques qui ont plusieurs objectifs :

- Maintenir sa santé et optimiser ses aptitudes corporelles et mentales.
- Réparer l'organisme quand il est souffrant.
- Prévenir les effets de l'âge.

C'est un travail quotidien.



## Cours de Qi Gong 2018-2019 à Sciecq

Le comité des fêtes de Sciecq et l'association GERMTC vous proposent de participer à un cours de Qi Gong à partir du [5 septembre 2018](#).

Ces cours auront lieu 1 fois par mois, le lundi à 18h30 et 1 fois par mois le mercredi à 9h30, à la Pause sciecquoise, Place de l'église.

Sept	Oct.	Nov.	Déc	Janv.	Fév.	Mars	Avril	Mai	Juin
Merc	Merc	Merc	Merc	Lundi	Lundi	Lundi	Lundi	Lundi	Merc
5	10	7	5	14	4	4	8	6	12
Lundi	Lundi	Lundi.	Lundi	Merc	Merc	Merc	Merc	Merc	Lundi
10	15	12	10	16	13	13	17	15	17



### Bulletin d'inscription année 2018-2019 :

Lieu du cours : Sciecq      Jour : lundi      mercredi      Monitrice : MC Gibaud

J'adhère à l'association       10 €

Je choisis 1 cours par mois       30 €      ou      Je choisis 2 cours par mois       60 €

Soit un total pour l'année de       40 €      ou       70 €

NOM : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Rue : \_\_\_\_\_ CP : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Téléphone fixe : \_\_\_\_\_ Téléphone portable : \_\_\_\_\_

Adresse mail (très lisible) : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Montant du chèque : \_\_\_\_\_ € à l'ordre de GERMTC

A envoyer à : MC Gibaud 7 Allée d'Acadie 79000 Sciecq ou à donner au premier cours.