

Guolin Qi Gong - les marches à pas pointés

Les 24 et 25 août 2024 à la Halle du Château de Delémont
Formulaire d'inscription à retourner par courriel ou par la poste

J'ai déjà suivi le cours de base et je m'inscris à la formation « Guolin Qi Gong - les marches à pas pointés » qui se déroulera à Delémont le samedi 24 août de 09h00 à 16h30 et le dimanche 25 août de 09h00 à 12h00.

Participant-e :

Nom et prénom : _____

Rue : _____

Localité : _____

N° de téléphone : _____

Courriel : _____

- ◆ Le coût total du cours est de CHF 160.-. Mon inscription prend effet après le versement d'un acompte de CHF 90.- sur le compte figurant sur la page suivante. Le solde de CHF 70.- sera apporté le jour du cours ou versé sur le compte au plus tard 5 jours avant le cours.
- ◆ Un document sera remis pour la 4ème marche car elle ne figure pas dans le livre. Le repas de midi (végétarien) est inclus dans le prix du cours. Si vous avez un régime particulier merci de m'en faire part lors de votre inscription.
- ◆ En cas d'annulation de ma part, moins de 10 jours avant le début du cours, mon acompte sera dû.

Je m'inscris à la formation des 24 et 25 août 2024

J'ai déjà suivi cette formation et viendrai pour réviser le dimanche 25 août, de 09h00 à 12h00. Je m'acquitterai d'une participation de CHF 30.- sur place.

Lieu, date

Signature

Guolin Qi Gong - les marches à pas pointés

Fiche pratique

Au cours de cette formation vous apprendrez 4 marches à pas pointés.

On pratique toujours les 3 premières marches à la suite l'une de l'autre et elles font partie des exercices fondamentaux dans l'accompagnement des personnes ayant un cancer.

La 4ème marche est en lien avec l'axe du foie selon la médecine chinoise (foie, vésicule biliaire, yeux, muscles, ...).

Merci de me faire part de votre état de santé par mail ou par téléphone au moins 5 jours avant le début du cours afin que je puisse préparer celui-ci au mieux.

Au niveau vestimentaire, veuillez porter des vêtements confortables. Il n'est pas possible d'accéder à la salle avec des chaussures extérieures. Vous pouvez porter des chaussures d'intérieur, des chaussettes anti-dérapantes ou être pieds nus, selon votre préférence.

Les marches à pas pointés sont minutieusement décrites dans le livre « Qi Gong et cancer » d'Yves Réquena et Christophe Cadène aux éditions Trédaniel. Comme il n'y aura pas de document de cours pour cette formation, il est fortement conseillé d'en faire l'acquisition. Des bons pour un rabais de 10%, auprès de la Librairie-Café Le vent se lève à St-Ursanne et la Librairie-papeterie La page d'Encre à Delémont, sont disponibles sur mon site, à la page du Guolin Qi Gong.

Voici les coordonnées pour le versement de votre acompte :

EquibrEtre - Stéphanie Lüthi - Communance 6b, 2800 Delémont

Banque Raiffeisen - IBAN : CH32 8080 8009 5822 0263 1

Si vous avez besoin d'un bulletin de versement, je vous le transmets volontiers sur demande.

Au plaisir de partager cette journée en votre compagnie !