



**L'ART DU CH**  
Méthode Stévanovitch

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Saison 2024-2025

### STAGES Mensuels

Salle des Associations - Place de la Mairie - 31540 Maurens  
de 10h à 13h

Ces stages permettent de s'immerger plus facilement dans l'écoute intérieure et d'approfondir les techniques énergétiques au sol et dans les mouvements du **Qi Gong et du Tai Ji Quan** :

Ils se déroulent en 2 parties :

- **le Chi** et sa circulation (au sol, position assise ou couchée) avec des exercices de détente, respiration, étirements, auto-massages, etc.  
*Pause*
- les postures de Qi Gong et/ou Tai Ji Quan

Les débutants pourront ainsi plus facilement s'intégrer dans un cours hebdomadaire ou dans les pratiques offertes le dimanche matin (cf le site).

### Inscription

Prénom : ..... Nom : .....

Email : ..... Tél. : .....

### Dates de ou des stages choisies

- |          |                          |          |                          |         |                          |              |                          |              |
|----------|--------------------------|----------|--------------------------|---------|--------------------------|--------------|--------------------------|--------------|
| Dimanche | <input type="checkbox"/> | 22 sept. | <input type="checkbox"/> | 13 oct. | <input type="checkbox"/> | 17 déc. 2024 |                          |              |
| Dimanche | <input type="checkbox"/> | 19 janv. | <input type="checkbox"/> | 9 fév.  | <input type="checkbox"/> | 2 mars       | <input type="checkbox"/> | 23 mars 2025 |
| Dimanche | <input type="checkbox"/> | 17 avril | <input type="checkbox"/> | 4 mai   | <input type="checkbox"/> | 18 mai       | <input type="checkbox"/> | 22 juin      |

Merci de confirmer votre d'inscription par mail au plus tard 15 jours avant le stage.

### Frais pédagogiques

- |                          |                    |                          |   |
|--------------------------|--------------------|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | 1/2 journée : 40 € | <input type="checkbox"/> | Engagement 3 stages : 105 €<br>Facilité de paiement en plusieurs fois |
|--------------------------|--------------------|--------------------------|---|

### Règlement :

- Par virement sur le compte de l'association LAMIT'CHI :  
IBAN : FR75 2004 1010 0826 1356 2T02 995 - BIC : PSSTFRPPMAR - La Banque Postale
- Sur place par chèque ou espèces

N'hésitez pas à me contacter pour toutes informations complémentaires

 **06 83 24 27 47**    **lamitchi26@grnail.com**    **www.lamitchitaijiquan04.com**