

COURS HEBDOMADAIRES 2026-2027

à SAINT-AUBIN-SUR-MER

MARDI (Salle Aubert) :

- ☐ **10 h 30 - 12 h 00 : Dao yin doux et Qi gong traditionnel.** Auto-massage approfondi, méditation suivis d'un enchaînement traditionnel de Qi Gong. Une séance très complète dont la première partie est accessible aux seniors et aux personnes à mobilité réduite.

MERCREDI (Cent 79):

- ☐ **9 h 30 – 10 h 30 : Qi gong dynamique.** Enchaînement dynamique qui a pour but de lancer et soutenir l'activité de l'organisme.

- ☐ **18 h 30 – 19h30 : Qi gong / 19h30 - 20 h 30 : Taiji Quan style Li**

VENDREDI (Cent 79) :

- ☐ **10 h 30 – 11 h 30: Qi Gong / Taiji quan Style Wu.**

°Forfait 1 : un cours d' 1 h par semaine = 195 €
(dont 15 € d'adhésion)
°Forfait 2 : un cours d'1 h 30 par semaine = 235 €
(dont 15 € d'adhésion)
°Forfait 3 : deux séances par semaine = 285€
(dont 15 € d'adhésion)
°Forfait 4 : trois séances par semaine = 335 €
(dont 15 € d'adhésion)
°Forfait 5 : quatre séances = 395 €
(dont 15 € d'adhésion)
° Une séance = 10 €.
° Cours particulier = 40 € la séance.

À Courseulles sur mer à l'OCS :
Lundi 18h15 et 19h15 ; Jeudi 16h30
Hors forfait : contacter l'OCS au 02 31 25 60 56 ou 07 83 88 64 77.
À Creully : Jeudi 18h-19h
Hors forfait : contacter l'association Trois vallée au 0602314266
À Mathieu : Mardi 14H15-15H15
Hors forfait : contacter Mathieu espace détente au 0768763679

Fiche d'inscription Association Yi Gong (n°W142007445) 2026-2027

Nom.....Prénom.....né(e)le.....

Adresse.....

Commune.....Code postal.....

Téléphone.....Courriel.....

Je m'inscris sur l'ensemble de l'année scolaire au forfait n° (non remboursable*)

Je déclare avoir pris connaissance du règlement intérieur.

Le.....à.....

Signature :

*En cas d'impossibilité pour faire cours, l'association s'engage à fournir des supports de cours virtuels via le site de l'association ou par téléconférence. L'adhérent doit donc s'assurer d'avoir accès à ce type de supports.