

# LA VOIE DU QI GONG

Association créée en 1991



## Pour nous contacter

☰ La Voie du Qi Gong  
Maison de quartier de Fin d'Oise  
25 avenue du Maréchal Gallieni  
78700 Conflans-Sainte-Honorine

☎ 06.95.68.36.40

@ [www.lavoieduqigong.fr](http://www.lavoieduqigong.fr)

✉ [info@lavoieduqigong.fr](mailto:info@lavoieduqigong.fr)

## Nos enseignants

**Caroline :** 06.09.90.38.08

**Christian :** 06.84.21.41.98



Association déclarée n° 0783006318 régie par la loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901.

Ne pas jeter sur la voie publique.

## Qi gong

Le Qi Gong est une pratique à part entière de la Médecine traditionnelle de la Chine ancienne. Sa finalité est entre autres, de renforcer l'énergie des reins et ainsi augmenter la puissance de notre système immunitaire. Le Qi Gong permet aussi de stabiliser le mental et l'émotionnel, qui sont les 2 facteurs principaux des maladies internes et de renforcer également notre « Wei Qi » qui constitue notre énergie de défense contre les facteurs externes (froid, sécheresse... et toutes les agressions externes). Comme l'a dit Pasteur : « Le virus n'est rien, c'est le terrain qui importe ».

La pratique du Qi Gong en ces temps de doutes et de peurs est une **pratique exceptionnelle, qui équilibre les 3 sphères que sont le corps, l'émotionnel et le mental**. Nous vous invitons à nous rejoindre au plus vite pour découvrir et pratiquer cet art visant à prolonger la vie.

## Méditation pleine conscience

Développer l'état de pleine conscience amène à transformer le rapport à son monde interne (pensées, émotions, sensations) et ouvre une plus grande présence au monde.

# PLANNING DES ACTIVITES

## Maison de Quartier de Chennevières

Rue du Maréchal Ney - Face à la Halle - 78700 Conflans-Sainte-Honorine

Jours	Horaires	Activités	Professeurs
Lundi	9h00-10h30	Qi gong	Christian
Lundi	10h30-12h00	Qi gong	Christian
Jeudi	10h30-12h00	Qi gong	Caroline

## Maison de Quartier de Fin d'Oise

25 avenue du Maréchal Gallieni - 78700 Conflans-Sainte-Honorine

Jours	Horaires	Activités	Professeurs
Mardi	19h00-20h30	Qi gong	Caroline
Mercredi	17h15-18h45	Qi gong	Christian
Mercredi	19h00-20h30	Qi gong	Christian

## En distanciel (via ZOOM)

Jours	Horaires	Activités	Professeurs
Mardi	20h30-21h30	Méditation pleine conscience	Christian

La Voie du Qi Gong propose aux adhérents au cours de l'année :

- **DES STAGES QI GONG**
- **DES MARCHES ET QI GONG**

Retrouvez les détails des événements et leurs dates sur  
[www.lavoieduqigong.fr](http://www.lavoieduqigong.fr)

## TARIFS

- Adhésion annuelle : **20 €**
- Qi gong pour une personne : **255 €** + adhésion **20 €**
- Qi gong pour un couple : **455 €** + adhésions **40 €**
- Méditation pour une personne : **150 €** + adhésion **20 €**
- Méditation pour un couple : **250 €** + adhésions **40 €**
- Cours supplémentaire : **80 €** (Méditation ou qi gong, si l'adhérent est déjà inscrit à un cours de qi gong.)
- Stages ou marches : tarif en fonction de l'évènement

**Cours d'essai gratuit sans engagement.** Inscription possible en cours d'année sur les lieux des cours. Paiement échelonné possible pour les cours à l'année.

*Les cours ne sont pas assurés pendant les vacances scolaires.*

*Le conseil d'administration de l'association peut être amené à procéder à des modifications dans le planning des cours en raison du contexte sanitaire ou d'un nombre insuffisant d'inscrits.*

**Reprise des cours  
le lundi 12 septembre 2022**