



ECOLE DE CHI ET TAI CHI
CORPS VIVANT CORPS CONSCIENT
WWW.CORPSVIVANTCONSCIENT.COM

À partir du 27 septembre 2026

Cours de Tai Chi et Chi, ouvert aux débutants, à La Comelle (71990), un dimanche après-midi par mois de 14h30 à 17h30.

Les séances suivent un programme qui évolue de dimanche en dimanche, votre présence est donc indispensable à tous les dimanches (sauf cas de force majeure), si vous voulez bénéficier des bienfaits de ces pratiques et pouvoir vous les approprier. L'engagement est pris pour le trimestre (4 dimanches).

Programme :

En Qi Gong et Tai Chi : 8 brocards et 11 exercices de Qi Gong - Forme de Tai Chi des 24 postures.

En Chi : Libérer la respiration – Prise en main du Tan Tien, le centre du corps – Les mains, organes de perception du Chi – L'effort centré – l'enracinement - la relaxation de base – La petite circulation

***Information :** un stage déb /24 postures aura lieu à St Leger sous Beuvray du 27 oct au 1^{er} nov 2026*

Voir sur notre site internet à Stages

INSCRIPTIONS AUX DIMANCHES

Lieu : Dojo Corps Vivant Corps Conscient à La Comelle

Dates 2026 : 27 septembre - 11 octobre - 15 novembre - 6 décembre 2026 - de 14h30 à 17h30

Puis en 2027 : 10 janv - 14 fev - 14 mars – 4 avril

Tarifs : Engagement pour le trimestre soit 4 dimanches : 120€ (100€ pour les petits budgets) + 12€ de cotisation annuelle à l'association Corps Vivant Corps Conscient.

Bulletin d'inscription - LA COMELLE - 1^{er} TRIMESTRE 2026/27

à renvoyer accompagné de votre règlement

à Nicole BERNARD – 24 route La Comelloise – 71990 – La Comelle

Nom Prénom.....Tel.....

Adresse.....

.....E mail.....

Date de naissance.....Profession/Fonction.....

Je m'inscris aux dimanches : 27 septembre - 11 octobre - 15 novembre - 6 décembre 2026

de 14h30 à 17h30 et verse ce jour par chèque, à l'ordre de Corps Vivant Corps Conscient ,

la somme de 120€ ou 100€ (rayer la mention inutile). Je réglerai la cotisation annuelle le 27 sept.

Date et signature