MAËLLA CARO

Bulletin d'inscription - Ateliers de Qi Gong à l'Espace Floréal - 2022-23

A RENVOYER A MAËLLA CARO, 1 RUE FLOREAL, 44300 NANTES

Avec un certificat médical* de non contre-indication à la pratique du Qi Gong et les chèques.

(Sauf si le vôtre a moins de 3 ans auquel cas signer une attestation sur l'honneur à la rentrée).*

Nom : Prénom :

Tél : Date de naissance :

mail :

☐ ATELIERS MENSUELS DE QI GONG DE LA FEMME, LE MERCREDI MATIN 9H45-12H15 :

Tarif : 75 € / trimestre

Je joins 3 chèques de 75 € + un chèque de 11,50 € à l'ordre de Maëlla Caro

- ⇒ Mercredis 19 octobre, 16 novembre, 14 décembre 2022
- ⇒ Mercredis 11 janvier, 8 février, 15 mars 2023
- ⇒ Mercredis 12 avril, 10 mai, 14 juin 2023

☐ ATELIERS TRIMESTRIELS DE QI GONG POUR TOUS, LE DIMANCHE

Tarif : 40 € la demi-journée

Je joins 1 chèque de 40 € par atelier à l'ordre de Maëlla Caro.

- ⇒ **Dimanche 2 octobre 2022 : Respirer en Automne**
  - ☐ de 10h00 à 13h00 : « Soutenir la santé des poumons et l'énergie défensive »
  - ☐ de 14h30 à 17h30 : « Respirer et lâcher prise »

- ⇒ **Dimanche 11 décembre 2022 : Se reposer en Hiver**
  - ☐ de 10h à 13h00 : « Régénération du rein et des moelles »
  - ☐ de 14h30 à 17h30 : « Entretenir la santé de son dos »

- ⇒ **Dimanche 12 mars 2023 : S'ouvrir au Printemps**
  - ☐ de 10h à 13h00 : « Yi Jin Jing pour nettoyer les tendons »
  - ☐ de 14h30 à 17h30 : « Se détoxifier avec le Qi Gong des 6 sons »

- ⇒ **Dimanche 11 juin 2023 : cheminer vers Soi au Cœur de l'été**
  - ☐ de 10h à 13h00 : « Nei Gong du Cœur »
  - ☐ de 14h30 à 17h30 : « Méditation, entrer dans le silence pour apaiser le Cœur »

L'engagement est ferme et définitif. Il n'y aura pas de remboursement, sauf en cas de déménagement, ou de maladie, sur demande écrite et justifiée.

Avez-vous déjà pratiqué le Qi Gong ? Combien d'années ?

Avez-vous des problèmes de santé

☐ *J'accepte que les informations saisies dans ce formulaire soient utilisées pour le traitement des adhésions, l'envoi de la Newsletter gratuite et des informations sur les cours & stages.*

Signature :