

Bulletin d'inscription au stage de Qi gong

Shibashi

« Les 18 mouvements du taiji Qi gong »

Les 18 mouvements du Tai Ji Qi gong ou Shibashi en chinois furent créés à Shanghai en 1979 par le professeur Lin Housheng. Ils sont inspirés par les différents mouvements du Tai Ji Quan et Qi gong.

La pratique régulière régularise la circulation de l'énergie dans tout le corps. Elle permet d'assouplir les articulations. La synchronisation avec la respiration apporte l'unité, l'équilibre, le calme et le relâchement profond.

Lorsque la pratique de cette série de Qi gong est lente, régulière, on entre facilement dans un état de relaxation profonde, la pratique devient alors une sorte de méditation en mouvement. Ainsi on développe l'harmonie, la paix et la tranquillité.

Joffrey REYMOND, 2 avenue Konrad Adenauer 68390 Sausheim - Tél : 06.22.03.08.47 ou digizen-shiatsu@laposte.net – site web : www.digizen-shiatsu.fr Siret : 524 823 986 00046

Nom/prénom (en imprimé) :

Adresse :

Tél : **Email valide :**

.....

Dates : 4 et 5 juillet 2026 **Horaires :** 9h à 12h et 14h00 à 18h

Coût du stage : 180 € TTC

Lieu du stage : Salles Associatives, rue de Thann 68700 UFFHOLTZ

Repas : Restaurant aux alentours ou tiré du sac

Délais de rétractation :

- A compter de la date de signature du présent bulletin d'inscription, le stagiaire à un **délai de 15 jours** pour se rétracter, il en informera le formateur par lettre recommandée avec accusé de réception, et sera intégralement remboursé.
- Au-delà de ce délai, le stagiaire pourra être remboursé intégralement si présentation d'un certificat médical valide envoyé en lettre recommandée avec accusé de réception.

Disposition financière : Pour valider l'inscription au stage, l'intégralité du montant de la formation est demandée.

- 1 chèque de 100 € d'arrhes débité lors de l'inscription,
- 1 chèque de 80 € débité à la fin du stage.

Ordre des chèques :

- A l'ordre de REYMOND Joffrey et envoyés au 2 avenue Konrad Adenauer 6390 SAUSHEIM

Règlement et comportement lors du stage :

- Le participant est tenu au respect et à la correction vis-à-vis des autres stagiaires et du formateur.
- Une tenue correcte est exigée tant dans la tenue vestimentaire que dans le langage ou le comportement. Tout manquement peut donner lieu à une exclusion sans possibilité de remboursement.
- Il est demandé de ne pas téléphoner ou manger pendant le stage en dehors des pauses prévues.
- Les enregistrements vidéo et audio ne sont pas autorisés.
- Confidentialité : le stagiaire s'engage à ne pas divulguer et à ne pas utiliser, au profit de tiers, les notes et documents fournis lors du stage.

Tenue et matériel à prévoir pour le stage :

- Une tenue souple style jogging et tee-shirt (de préférence en coton), une paire de baskets ou chaussons.
- De quoi prendre des notes.
- Pour la méditation prévoir, un tapis de sol ou une couverture et un coussin, ou votre matériel de méditation habituel.

Pauses et repas de midi :

- La boisson sera fournie lors des pauses (thé, eau, jus de fruits).
- Lors des repas, les apéritifs et alcools seront en supplément et à payer directement sur place.

Je certifie sur l'honneur avoir lu et accepté les clauses du contrat ci-dessus.

Fait à :, le/...../.....

Signature, suivie de la mention "***Lu et approuvé***"