



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch

Qi Gong Tai ji quan

www.artduchi.com/quebec

Hiver 2012

du 23 janvier au 14 avril
(12 semaines)

**Techniques de Chi par
un travail corporel visant :**

la détente musculaire et nerveuse
la souplesse des articulations
la coordination et l'équilibre
la respiration profonde
la concentration
le calme intérieur
la mobilisation du Chi

Soirée d'information gratuite

mercredi 18 janvier à 18h00
4416 boul. Saint-Laurent, local 302
(métro Mont-Royal)

Rens. : 514-272-7672
evi.mtl@gmail.com

Horaire – cours hebdomadaires

Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Samedi
			9h00 à 10h30 Débutants + 24 Johanne Rivest	10h00 à 12h00 Pratique guidée 2 \$ par pratique par personne
17h45 à 19h15 108 postures (1) Jean Roy	17h45 à 18h45 108 postures (3) 18h45 à 19h45 Chi 19h45 à 20h45 127 postures Léon et Linda	17h45 à 19h15 Débutants + 24 Johanne Roussy	17h45 à 19h15 24 postures (3) Jean Roy	

Ateliers du dimanche

par Léon Bernier et Linda Bohamed
9h30 à 17h00

- 15 janvier : Chi pour tous
- 5 février : 108 postures

Coûts

- 12 cours hebdos de 1h30 chacun : 185 \$
- 12 cours hebdos de 2h00 chacun : 215 \$

- Chaque atelier du dimanche : 50 \$ membre de l'EVIQ
55 \$ non-membre