



Bulletin d'inscription
Année scolaire : 2019-2020

ATELIERS BIMENSUELS, LACROIX-FALGARDE

Partie à nous retourner avec votre règlement, chèque(s) à l'ordre de l'association *Etre Son Tao*

A adresser à : Secrétariat ETRE SON TAO – Le Prat 09230 – Montardit

Merci d'écrire très lisiblement et de cocher les cases correspondantes

J'adhère à l'association ETRE SON TAO (20€ obligatoire pour tous)

renouvellement 1^{ère} adhésion

Je prends la licence de la Fédération *Union Pro Qi Gong* (10 € facultative)

et verse un chèque de _____

Je m'inscris : **à l'année** (joindre 1 chèque de 370€ ou 2 chèques de 120€ + un de 130€)
 par atelier (joindre 1 chèque de 25€ par atelier en marquant la date au dos)

NOM - PRENOM : _____

Age : _____ Profession : _____

Adresse : _____

Tel (mobile de préférence): _____

Email : _____

Obligatoire : Personne à prévenir en cas d'urgence (nom – n° de téléphone) :

Qi Gong et autres disciplines corporelles pratiqués (nombres d'années de pratique ?) :

Important : Signalez ici si vous êtes enceinte ou avez un problème physique ou de santé particulier.

Partie à conserver par le pratiquant

19 ATELIERS BIMENSUELS, avec Sophia CLEMENCEAU

Lieu et horaires des cours : A LACROIX-FALGARDE (31310), les mardis de 19h à 21h (Ancien dojo, Parc des Ramiers, à côté du Boulodrome)

A l'année	Petits budgets	A l'atelier
370 €	280 €/année	25 €

Les coûts sont applicables de la façon suivante :

- **Tarif annuel** : participation aux ateliers durant la saison complète
- **Tarif à l'atelier** : participation ponctuelle sur un atelier

Remarques :

- Pas de remboursement en cours d'année
- Tarif « petits budgets » uniquement sur les inscriptions à l'année (revenus inférieurs au SMIC)

17/09 Portes ouvertes & Inscriptions (*séance découverte*)

Dates 1 ^{er} trimestre	Dates 2 ^{ème} trimestre	Dates 3 ^{ème} trimestre
17 septembre	7 & 21 janvier	21 avril
1 & 15 octobre	4 & 25 février	5 & 19 mai
5 & 19 novembre	10 - 24 & 31 mars	9 & 23 juin
3 & 17 décembre		

Aperçu des contenus

- Pratique dynamique (exercices de base ou liés à la saison, enchaînements)
- Pratiques méditatives
- Travail sur la respiration

Pour une première inscription fournir un CERTIFICAT MEDICAL de non contre-indication à la pratique (seulement pour les nouveaux participants)

etresontao@gmail.com — 05 61 64 31 93 - www.etresontao.com

Inscrivez-vous à la newsletter pour recevoir les informations (stages, formations...)