

Association l'Épée Comme un Pinceau MITTELBERGHEIM TAI JI QUAN & QI GONG

COURS Ils s'adressent à des élèves adultes de tous niveaux, en dehors des périodes de congés scolaires, selon le planning hebdomadaire suivant :

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	8h30 à 9h30 Tui Shou Dojo Mittelbergheim Philippe KRIEG			
	9h30 à 11h00 Tai Ji Quan Dojo Mittelbergheim Patrick OTTENWELTER	9h30 à 11h00 Tai Ji Quan Dojo Mittelbergheim Sophie GILG		
17h00 à 18h00 Qi Gong Dojo Mittelbergheim Sophie GILG				
18h00 à 18h40 (semaine paire) Tai Ji Quan (pratique de la forme YANG 108 pas), gratuit pour les adhérents Dojo Mittelbergheim Sophie GILG				
	18h00 à 19h00 Qi Gong Dojo Mittelbergheim Sylvie CLADE		19h00 à 19h30 Tui Shou Dojo Mittelbergheim Patrick OTTENWELTER	18h45 à 19h45 Qi Gong Associat° Hilsenheim Virginie AUBERT
			19h30 à 21h00 Tai Ji Quan Dojo Mittelbergheim Patrick OTTENWELTER	
		19h45 à 20h45 Qi Gong Dojo Mittelbergheim Stéphane Lanz		

TARIFS : L'adhésion à l'association l'ECP et la licence FFAEMC sont comprises dans le prix des cours.

Inscription à l'année selon tarifs ci-dessous. Règlement en 1 ou 2 chèques remis lors de l'inscription (ou virements à l'inscription et en janvier 2027). Le premier paiement couvre l'adhésion à l'association (10 €), la licence FFAEMC (37 €) et le prix pour 15 cours. Le second paiement couvre le prix pour 15 cours. Les cours non pris à l'initiative de l'élève ne sont pas remboursables, mais un élève inscrit à un cours pourra, en cas d'absence, venir exceptionnellement à un cours de même enseignement, dispensé par le même ou un autre professeur, à condition d'en avoir fait la demande préalablement.

	Cotisation annuelle (1 versement)	Ou cotisation annuelle (2 versements)
QG 30 séances d'1h00	190,- €	118 + 72,- €
TJQ 30 séances d'1h30	256,- €	150 + 106,- €
MULTICOURS	370,- €	208 + 162,- €
Paiement par chèques encaissés en octobre 2026 puis en janvier 2027 <i>ou bien</i> Virement sur compte : ASS L'ÉPÉE COMME UN PINCEAU IBAN n° FR7610278013700002033530195 BIC CMCIFR2A		

Association l'Épée Comme un Pinceau MITTELBERGHEIM INSCRIPTION 2026-2027

Nom : _____ Prénom : _____ né(e) le _____

Adresse : N° _____ rue _____

Code postal _____ Ville _____

Tél : _____ Adresse @ : _____

(NB : ces indications ne seront pas communiquées à un tiers)

- **adhère** à l'Association l'Épée Comme un Pinceau (cotisation 10,-€ comprise dans le prix des cours)
- **adhère** à la Fédération Française des Arts Énergétiques et Martiaux Chinois (licence FFAEMC 37,-€ comprise dans le prix des cours)
- **s'inscrit** pour le(s) cours (cochez la (les) case(s))

	lundi 17h00 - 18h00 Qi Gong Dojo Mittelbergheim <i>Sophie Gilg</i>
	Lundi 18h00 - 18h40 Tai Ji Quan /Pratique de la forme/ Dojo Mittelbergheim <i>Sophie Gilg</i>
	mardi 8h30 – 9h30 Tui Shou Dojo Mittelbergheim <i>Philippe Krieg</i>
	mardi 9h30 - 11h00 Tai Ji Quan Dojo Mittelbergheim <i>Patrick Ottenwelter</i>
	mardi 18h00 - 19h00 Qi Gong Dojo Mittelbergheim <i>Sylvie Cladé</i>
	mercredi 9h30 - 11h00 Tai Ji Quan Dojo Mittelbergheim <i>Sophie Gilg</i>
	mercredi 19h45 - 20h45 Qi Gong Dojo Mittelbergheim <i>Stéphane Lanz</i>
	jeudi 19h00 - 19h30 Tui Shou Dojo Mittelbergheim <i>Patrick Ottenwelter</i>
	jeudi 19h30 - 21h00 Tai Ji Quan Dojo Mittelbergheim <i>Patrick Ottenwelter</i>
	vendredi 18h45 - 19h45 Qi Gong Maison des Associations Hilsenheim <i>Virginie Aubert</i>
<i>Ateliers de Tui Shou gratuits pour les inscrits à un cours de Tai Ji Quan</i>	

- **verse** à l'ordre de l'Épée Comme un Pinceau (cochez la case, indiquez chèques **C** ou virements **V**)

	Cotisation annuelle en 1 paiement	Paiement en 2 chèques /virements
QG : 1h00	190,-€	118 + 72,-€
TJQ : 1h30	256,-€	150 + 106,-€
MULTICOURS	370,-€	208 + 162,-€

Nota : Une réduction forfaitaire de 20,-€ à partir du 2^{ème} inscrit d'une même famille

- **fournit une photo** d'identité (lors de la première inscription)
- **Droit à l'image** : J'autorise / Je n'autorise pas (*raier la mention inutile*) que mon image soit utilisée exclusivement (ne sera pas communiquée à des tiers) pour illustrer l'activité de l'association sur ses différents supports numériques et papiers
- Renseignements facultatifs : Pratiques antérieures ou parallèles (tai ji, qi gong, yoga, arts martiaux externes....), ce que j'attends du tai ji ou du qi gong, autres indications (santé....)

À Mittelbergheim, le _____ Signature :

L'Épée Comme un Pinceau

Affiliation FFAEMC N° 2071

Dojo GILG 53 rue Principale 67140 MITTELBERGHEIM
Salle des Associations 16 rue de Bindernheim 67600 HILSENHEIM



Le **Qi Gong** (« tchi gong ») est un Art Énergétique Chinois qui s'est affiné durant plusieurs milliers d'années.

Grâce à des séries répétées de mouvements lents et de postures fixes, il cultive l'assouplissement des muscles, des tendons et des articulations, le maintien de l'axe de verticalité, une bonne coordination corporelle, l'apaisement de la respiration et le calme intérieur, afin de stimuler la circulation de l'énergie vitale dans tout l'être.

Le **Taiji Quan** (« tai chi chuan ») est un Art Martial Chinois Interne dont la codification date d'environ 600 ans. Il reprend les principes fondamentaux du Qi Gong, mais en diffère par l'enchaînement continu de mouvements qui simulent des gestes de défense accomplis sans à-coups, dans la lenteur et la fluidité. Cette pratique générale de santé développe aussi le sens de l'équilibre, la mémoire, la ténacité et la confiance en soi. Telle que nous la pratiquons, elle convient sans limite d'âge à toute personne qui supporte d'être debout.

ASSOCIATION
L'épée comme un pinceau



53, rue principale
67140 MITTELBERGHEIM



Association L'Épée Comme un Pinceau

TAI JI QUAN & QI GONG
Mittelbergheim-Hilsenheim



Sophie GILG- Virginie AUBERT- Sylvie CLADE
Philippe KRIEG- Stéphane LANZ- Patrick OTTENWELTER

Enseignants diplômés en

Arts Énergétiques et Martiaux Chinois

Renseignements, inscriptions :

www.dojo-gilg.com

info-ecp@dojo-gilg.com Tél 06 09 05 64 75

