



# Atelier Qi-Gong Santé - Au Cœur du Qi

木 火 土 金 水

Jérôme Gassmann - Rue Pierre-Coullery 653 - 2903 Villars-sur-Fontenais  
079 819 90 72 – www.aucoeurduqi.ch – info@aucoeurduqi.ch

## Conditions générales 2022-2023

### Inscriptions

L'inscription est obligatoire sur le site [www.aucoeurduqi.ch](http://www.aucoeurduqi.ch)

Lors de l'inscription, toutes les personnes sont priées de m'informer de leur état de santé.

Toutes ces informations restent bien entendu en ma possession et sont confidentielles.

L'inscription est reportée au cycle suivant en cas d'incapacité, sur présentation d'un certificat médical.

### Délais d'inscriptions

Cycle Bois & Feu du 31.01.2022 au 30.06.2022 - **inscriptions jusqu'au 24 janvier 2022**

Cycle Métal & Eau du 22.08.2022 au 26.01.2023 - **inscriptions jusqu'au 15 août 2022**

### Paiements

Le paiement valide votre inscription **avant le début du cycle, ou, directement sur place lors du 1<sup>er</sup> cours.**

En cas de difficultés financières, un arrangement est toujours possible.

Versement sur le compte n° : CH 65 8080 8003 5455 4739 6

### Tarifs par cycle

Adultes 300.-

Couples 500.-

AVS-AI-Etudiant 250.- (copie de la carte avec l'inscription)

Couples AVS-AI-Etudiant 450.- (copie de la carte avec l'inscription)

### Tarifs week-end

Adultes 150.-

Couples 250.-

### Tarifs sur demande

Individuel 60.-

En duo 90.-

Entreprise : sur demande

Equipe sportive : sur demande

Sur rdv uniquement au 079 819 90 72.

Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy.

A votre domicile, selon les tarifs + (frais de déplacements 0.50.- ct du kilomètre).

Annulation jusqu'à 24h à l'avance, sans quoi le montant total vous sera facturé.

### Cours collectifs

Durée de 75 minutes.

Un minimum de 6 personnes.

Un maximum de 14 personnes.

Les cours ont lieu à la Fête Dieu et le lundi de St-Martin.

Les cours sont au repos pendant les vacances et les jours fériés.

Les cours manqués peuvent être remplacés par un autre cours du même cycle.

En cas d'accident de longue durée (certificat médical), les cours manqués seront crédités sur le cycle suivant.

En cas de maladie de longue durée (certificat médical), les cours manqués seront crédités sur le cycle suivant.



# Atelier Qi-Gong Santé - Au Cœur du Qi

木 火 土 金 水

Jérôme Gassmann - Rue Pierre-Coullery 653 - 2903 Villars-sur-Fontenais  
079 819 90 72 – www.aucoeurduqi.ch – info@aucoeurduqi.ch

## Horaires et lieux

Lundi	Débutants - avancés Débutants - avancés	09h15 - 10h30 18h45 - 20h00	Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy
Mardi	Débutants - avancés Débutants - avancés	09h15 - 10h30 18h45 - 20h00	Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy Centre St. François, Rte du Vorbourg 4, 2800 Delémont
Mercredi	Débutants - avancés Débutants - avancés	09h15 - 10h30 18h00 - 19h15	Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy
Jeudi	Débutants - avancés	19h45 - 21h00	Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy

## Vacances et jours fériés

Noël 2021-2022	du 24 décembre 2021 au 7 janvier 2022
Semaine blanche	du 21 au 25 février 2022
Pâques	du 11 au 22 avril 2022
Fête du travail	dimanche 1 <sup>er</sup> mai 2022
Ascension	jeudi 26 mai et vendredi 27 mai 2022
Lundi de Pentecôte	lundi 6 juin 2022
<b>Fête Dieu</b>	<b>jeudi 16 juin 2022</b>
Fête de l'indépendance	jeudi 23 juin 2022
Vacances d'été	du 4 juillet au 12 août 2022
Vacances d'automne	du 10 au 21 octobre 2022
Toussaint	mardi 1 <sup>er</sup> novembre 2022
<b>Lundi de St-Martin</b>	<b>lundi 14 novembre 2022</b>
Noël 2022-2023	du 26 décembre 2022 au 6 janvier 2023

**Le cours a lieu**

**Le cours a lieu**

Les cours sont au repos pendant les vacances et les jours fériés, sauf à la **Fête Dieu** et le **lundi de St-Martin**.

Week-end	Horaires	Lieu
5 - 6 février 2022	Sa 09h00 - 12h00/13h30 - 16h30 Di 09h00 - 12h00/13h30 - 15h30	Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy
7 - 8 mai 2022	Sa 09h00 - 12h00/13h30 - 16h30 Di 09h00 - 12h00/13h30 - 15h30	Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy
8 - 9 octobre 2022	Sa 09h00 - 12h00/13h30 - 16h30 Di 09h00 - 12h00/13h30 - 15h30	Aux 5 Eléments, Pré Tavanne 17, 2900 Porrentruy

Avant de pratiquer le Qi-Gong, vous devez vider votre esprit et vos pensées. Alors, seulement le Qi vous remplira. En chinois, il y a un dicton, « Si vous avez un bol vide, vous pouvez recevoir de l'eau ». Quand votre esprit est vide, il est capable de retenir le Qi. Si vous pratiquez le Qi-Gong avec un esprit vide, vous deviendrez calme et tout va commencer à se produire. Chaque cellule, tous les pores, votre corps tout entier sera rempli de Qi et de lumière. Collecter le Qi, faire tourner le Qi, et émettre le Qi viennent à partir d'un état d'esprit calme. C'est comme tirer une flèche. Lorsque vous tendez l'arc, vous devez devenir très calme, alors seulement votre but sera atteint.

**PRENEZ SOIN DE VOTRE SANTE**