

QI GONG – Session Janvier à Juin 2026

Le **Qi Gong** est une discipline essentielle de la Médecine Traditionnelle Chinoise. Cette gymnastique énergétique douce est de plus en plus plébiscitée pour ses bienfaits sur le bien-être général, l'équilibre et la gestion du stress de toutes les générations.

Les cours seront dispensés par Alain Giroux, professeur diplômé, déjà présent à Ribeauvillé (Ribototem) et à Markolsheim.

Ils auront lieu tous les **lundis soir, au gymnase de l'école Les Roseaux à Guémar, de 18h30 à 19h45, à partir du 5 Janvier 2026**, hors vacances scolaires (à confirmer).

Deux cours d'essai gratuits auront lieu les 24 novembre et 8 décembre 2025, les inscriptions seront à confirmer à l'issue des cours d'essai et le cours sera maintenu, si nous avons suffisamment d'inscriptions.

Le tarif est de 60€ par trimestre, soit 120€ de Janvier à fin Juin 2026.
La cotisation de 10 € pour 2026 ne sera à régler qu'en septembre.

Renseignements complémentaires auprès de :

Michèle MULLER
Présidente de l'ALEC
8 rue du Rempart
68970 GUEMAR
association.alec@hotmail.fr

Ou sur la page Facebook / Messenger.



Bulletin d'inscription à remettre avec votre règlement à l'issue du 2e cours d'essai

NOM, Prénom : _____

Adresse: _____

Tél : _____ Mail : _____

s'inscrit à la session Qi Gong, Janvier à Juin 2026, organisée par l'ALEC de Guémar

Règlement ci-joint :

☐ Chèque de 120€ ☐ ou 2 chèques : 60 €

A _____, le _____ Signature