

L'ART DU CHI

Méthode Stévanovitch

TAI JI QUAN ET QI GONG



Recherche active de la santé et du bien-être par des techniques corporelles millénaires issues, entre autres, du Tai Ji Quan et du Qi Gong.

- libérer sa respiration - se relaxer - assouplir son corps, libérer ses articulations - découvrir la réalité du Chi (énergie vitale) - découvrir la réalité du Tiantien (centre du corps) et mobiliser le Chi à partir de celui-ci
- trouver une posture juste - pratiquer le Tai Ji Quan de la Voie Intérieure... qui équilibre et stimule toutes les fonctions vitales.

Les complexes sonores richement chargés de Chi, développés par Vlady Stévanovitch, sont une aide précieuse à l'apprentissage et sont utilisés parfois lors de la partie au sol de la séance.

Horaire, prix :

Les mercredis de 10h30 à 12h00

Pas de cours durant les congés scolaires - Nous demandons un engagement semestriel

1^{er} semestre 2011-2012 : du 14 septembre 2011 au 25 janvier 2012 = 17 cours = **204 €**

Septembre : 14, 21, 28 - Octobre : 5, 12, 19, 26 - Novembre : 9, 16, 23, 30 - Décembre : 7, 14, 21 - Janvier : 11, 18, 25

2^{ème} semestre 2011-2012 : du 1 février 2012 au 27 juin 2012 = 18 cours = **216 €**

Février : 1, 8, 15, 29 - Mars : 7, 14, 21, 28 - Avril : 18, 25 - Mai : 2, 16, 23, 30 - Juin : 6, 13, 20, 27

Cours d'essai = 12 € - Cours isolé (sans engagement semestriel) = 15 €



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch

RENSEIGNEMENTS : 02 385 39 09
Centre Surya

Les cours sont donnés par Christian Michel

<http://www.artduchi.be/christian>

(asbl l'Art du Chi-BW-Bxl), Professeur de l'Ecole de la Voie Intérieure, délégué à la Formation Personnelle, enseigne depuis 1993, diplômé de la Fédération Européenne de Qi Gong et Arts Energétiques