



# Face à l'Ombre

## ASSOCIATION DE TAIJI QUAN & QI GONG

### Marcq-en-Baroeul



**Rentrée 2020-2021 : Lundi 7 septembre 2020** (sous réserve de restrictions dues à la crise sanitaire).

**Disciplines enseignées** (hors vacances scolaires) :

**LUNDI : Gymnase Delcenserie** rue Delcenserie à **Marcq-en-Baroeul** (quartier des Rouges Barres).

- **Qi Gong** de 17h35 à 18h35 :
  - Bâton long 8 mouvements - Bâton court - exercices saisonniers : **Daniel Millescamps**.
- **Taiji Quan** de 18h45 à 20h00 :
  - **Style Yang Moderne** : **Dominique Declercq**.  
Forme longue
  - **Style Dongyue** : **Yannick Legrand**.  
Perfectionnement épée Dongyue et bâton - Initiation au sabre forme 13 yang.
  - **Style Wudangshan** : **Marie-Hélène Courtès**.  
Pratiques de Wudangshan : Forme paisible des 64 mouvements apportant détente, santé et bonne humeur et exercices saisonniers.

**DIMANCHE MATIN : Mezzanine Salle Herzog** rue des entrepreneurs à **Marcq-en-Baroeul**.

- **Qi Gong** de 10h à 11h : Ba Duan Jin : **Claire Ego**

Tarifs 2020 - 2021 par personne et par an en euros		Nombre de cours		
		1 cours	2 cours	3 cours
TARIF A	ACTIF	190	300	400
TARIF B	RETRAITE ou ETUDIANT ou DEMANDEUR D'EMPLOI ou COUPLE	170*	280*	380*

\* Réduction déjà prise en compte dans le prix affiché  
Pour un couple multiplier par 2 le tarif B (pas de cumul de réduction possible)  
Cotisation UFOLEP et Association déjà incluse dans ce tarif .

**Certificat médical obligatoire pour les nouveaux adhérents. Pour les réinscriptions, obligation de remplir et signer le questionnaire médical ou certificat médical obligatoire en cas de réserve.**

**Règlement à effectuer par chèque(s) :**

- Paiement en une seule fois : encaissement réalisé à la rentrée.
- Possibilité de payer en **2 ou 3 fois MAXIMUM** : Octobre, Janvier et Avril.

*Nota : En cas de suspension des cours, imposée pour cause de crise sanitaire, par le Haut Conseil de Santé Publique ainsi que du ministère des Sports, les cours non effectués à la salle Delcenserie seront remboursés.*

*Pour les adhérents de l'année 2019-2020 qui se réinscrivent à la rentrée 2020-2021, un trimestre de cours GRATUIT est offert en compensation de la période de confinement (sous réserve d'un remboursement déjà effectué).*

**Coordonnées :**

Présidente : Marie-Hélène COURTES - Tél : 06.49.38.23.00

Trésorière : Mireille CRISTELLI - Secrétaire : Michèle LANGLET

Formulaire de Contact et de réinscription sur notre site : <http://facealombre.free.fr>