



ART DU CHI 2025/2026

Cycle de 10 demi-journées le samedi

- niveau 24/108 postures le matin

- niveau 108 postures avancés l'après-midi

Annecey



Enseignants : Anne-Marie Vessylier et Thierry Chastaing en alternance

La pratique de l'Art du Chi permet un accès progressif aux réalités énergétiques de son propre corps. Elle facilite aussi l'intégration consciente du pratiquant dans son environnement.

- **niveau 24/108 postures** : cycle de 30 heures de cours le samedi matin entre 9h30 et 12h30 - mémorisation de la forme avec découverte des techniques énergétiques associées.

- **niveau 108 postures avancés** : cycle de 40 heures de cours le samedi après-midi entre 14h00 et 18h00 - mémorisation de la forme avec intégration des techniques énergétiques de mobilisation et de circulation du Chi.

- **dates des samedis** : 27 septembre, 18 octobre, 15 novembre, 13 décembre 2025 - 17 janvier, 31 janvier, 07 mars, 04 avril, 25 avril et 30 mai 2026.

Informations pratiques

- **participation** : sur inscription préalable - cours d'essai possible

- **tarif** : - Cycle niveau 24/108 : 280€ — cycle niveau 108 avancés : 360€ payable en une ou plusieurs fois

- 1 cours 24/108 p. (3 heures) : 40€ — 1 cours 108/av (4 heures) : 52€

- **lieu** : Centre Maryse Daléas - 2bis, rue Louis Chaumontel ANNECY

- **apporter** : boisson et biscuits pour les pauses - Matériel de pratique sur place (vous pouvez apporter le vôtre)

- **contacts** : Thierry : 06 07 97 24 56 - www.alpes-bourgogne.com



BORDEREAU D'INSCRIPTION à retourner par mail ou à donner à l'enseignant.

prénom : nom :

téléphone : mail :

Je m'inscris : cycle 24/108 cycle 108/avancés

date :

signature :