



L'Art du Chi

stage 11/14 juillet 2026

à Thonon-les-bains (depuis 1991)

Taï Ji Quan - Relaxation

Qi Gong - Méditation



3 professeurs expérimentés : Véronique Brondy, Anne-Marie Vessylier et Thierry Chastaing.

Un art corporel énergétique orienté vers le bien-être et la santé.

Il est issu des arts internes traditionnels orientaux comme le Qi Gong, le Taï Quan, le travail en assise sur le Tantien et le petit circuit céleste du Taoïsme.

Il emprunte aussi les voies de la relaxation, du contrôle de la respiration et des techniques de focalisation de l'intention, de méditation ou d'émission des sons porteurs d'énergie.

L'Art du Chi délaisse toute notion de compétition, de grade et de jeux d'opposition. www.artduchi-alpesbourgogne.com

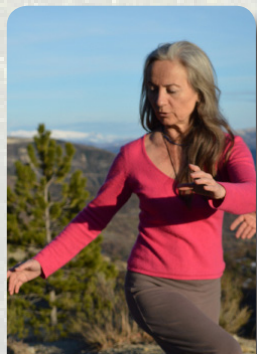


Approfondissement pour les pratiquants des 24, 108 et 127 postures.

Pour les cours de Tai Chi, trois groupes distincts (24, 108 et 127) seront constitués. Les cours de Tai Chi permettront de travailler sur la mémorisation des postures et la notion de posture juste... celle qui vibre bien.

Les cours de Chi auront lieu sur deux ou trois niveaux.

Le stage est ouvert aux pratiquants des autres régions, ainsi qu'aux pratiquants de la Suisse avoisinante.



les 3 enseignants réunis de nouveau à Thonon

Ils enseignent depuis 20 ans... 30 ans l'Art du Chi en Haute-savoie et sur Rhône-Alpes. Leur enseignement est riche, varié, complémentaire issu des fondamentaux de l'école de la Voie Intérieure.

La **maison des sports** de Thonon nous accueille dans trois grandes salles et pour l'extérieur, sur les terrains des marronniers et du club de tennis.

Hébergement & restauration



Photos des stages précédents et salle de la maison des sports de Thonon.

● si nécessaire, l'hébergement est à votre charge. Il existe de nombreuses possibilités pour vous accueillir (camping, chambre d'hôte, Airbnb). Il est possible de résider en bordure du lac Léman (Évian, Publier, Thonon, Anthy-sur-Léman, Excenevex, Ivoire) ou de monter davantage sur le plateau du Gavot (Larringes, Bernex, St Paul-en-Chablais...)

● un hébergement est possible chez les pratiquants locaux, contactez-nous par mail.

● la restauration de midi est à votre charge, apportez votre pique-nique. Les repas peuvent se prendre dans les locaux ou à l'extérieur. Nous gérons les pauses inter-cours.

Horaires des cours

Du samedi 05 au mercredi 09 juillet
Cours de 9h30 à 12h30 - 14h30 à 17h30

à savoir : la grande pause entre 12h30 et 14h30 permet de se restaurer et de se reposer afin d'être pleinement frais et disponible durant les cours.

Tarifs



● adhésion Asso. Graine de Tao : 5€ (pour les non-adhérents 2022/2023)

● 1 jour : 60 € — 2 jours : 120 € — 3 jours : 180 € — stage complet : 220 €
Réduction de 10% pour les adhérents à Graine de Tao.

Contact : Véronique Brondy : 06 88 57 05 67

E-mail : brondy.vero@orange.fr



Inscription : stage Art du Chi de Thonon-les-bains - Haute-Savoie - Juillet 2026

à retourner à l'association - «Graine de Tao» chez Véronique Brondy - 610B, route de Montet 74500 LARRINGES

Nom : _____ prénom : _____

adresse : _____

code : _____ ville : _____

pays : _____ tél : _____

e-mail : _____

● DATES : ☐ stage complet ☐ stage partiel :

● NIVEAUX : ☐ 24 postures ☐ 108 postures ☐ 127 postures

● HÉBERGEMENT : ☐ pas besoin ☐ j'ai besoin d'un hébergement ☐ je propose un hébergement

remarque :

● RÉSERVATION

Je verse la somme de 100 € à l'ordre de «association Graine de Tao» (chèque non encaissé avant le début du stage, inscription dans la limite des places disponibles et par ordre de réception du courrier. En cas d'annulation par les organisateurs, aucune compensation financière n'est envisageable. Les sommes versées seront alors restituées.)

Date :

Signature :