

# COURS HEBDOMADAIRES

## Qi Gong - Nei Gong - Ar.Mo.Es.

avec L. Cortadellas et instructeurs

**MARDI** **12h30 > 14h00** Dojo Tenchi • Ts niveaux  
**Spiritualité, énergétique et Qi Qong au féminin**

**MERCREDI** **13h > 14h** Centre de Danse du Marais • Ts niveaux  
**Qi Gong-Nei Gong (Yang Sheng Shu) et ArMoEs**

**19h > 20h30** Centre Tao • Ts niveaux  
**Qi Gong-Nei Gong (Yang Sheng Shu) et ArMoEs**

**JEUDI** **13h > 14h** Centre de Danse du Marais • Ts niveaux  
**Qi Gong-Nei Gong (Yang Sheng Shu) et ArMoEs**

## Tai Ji Quan - Nei Jia - Nei Gong - Ar.Mo.Es.

avec J.M. Chomet et instructeurs

**LUNDI** **19h15 > 21h** Centre Tao • Tous niveaux

**21h > 21h30** Centre Tao • Niv. avancé

**MARDI** **11h > 12h30** Centre Tao • Niv. Médian 1

**12h30 > 14h** Centre Tao • Tous niveaux

**Nei Gong-Yang Sheng Shu**

### Adresses des salles

**Centre de Danse du Marais** 41, rue du Temple, 75004,  
M° Hôtel de Ville ou Rambuteau

**Centre Tao** 144, bd de la Villette, 75019, M° Colonel Fabien ou Jaurès.

**Dojo Tenchi** 25 bd de Strasbourg, Mo Strasbourg-St Denis

	1 COURS HEBDO	2 COURS HEBDO	FORFAIT ILLIMITÉ
Adhésion	40 € (adhésion et assurance)		
Cours de 1h	395 €	595 €	795 €
Cours de 1h + 1h30		645 €	
Cours de 1h30	495 €	695 €	
Cours d'essai	19 € (cours d'1h) - 23 € (cours de plus d'1h) (Déductible du forfait si inscription)		

# STAGES - ATELIERS - RETRAITES

Plaquettes disponibles tout au long de l'année à la page Agenda de notre site : [www.zhiroujia.com/pages/agenda](http://www.zhiroujia.com/pages/agenda)

## Qi Gong - Nei Gong - Ar.Mo.Es.

### ATELIERS À THÈMES (à Paris)

- 1er déc. 2019
- 2 fév. 2020
- 5 avril 2020
- 31 mai 2020

### ATELIERS AU FÉMININ (en Bourgogne, à Beaune)

- Dates accessibles sur le site

### RETRAITES AU FÉMININ (en Bourgogne, Champs Melisey)

- 26 fév. au 1er mars 2020
- 6 au 10 juillet 2020

### RETRAITE D'ÉTÉ Qi Gong - Nei Gong - Ar.Mo.Es. pour tous

- du 10 au 14 août 2020 (en Ardèche)

### TAIJIQIGONG

- 08-09 juin 2019 (salle à confirmer)

## Tai Ji Quan

### WEEK-END À STRASBOURG

- 18 -19 mai 2019

### WEEK-END À PARIS

- 9 - 10 novembre 2020
- 14 - 15 mars 2020
- 20 - 21 juin 2020

### ATELIERS TAIJIQUAN (en Bourgogne, à Bligny sur Ouche)

- Dates accessibles sur le site

### RETRAITE D'ÉTÉ profs et avancés (en Ardèche)

- du 3 au 8 août 2020

## Ba Gua Zhang

### WEEK-END À LYON

- 6 et 7 avril 2019

### WEEK-END À CASTRES

- 11 - 12 janvier 2020

## Jardins d'Hermès

### ALCHIMIE INTÉRIEURE ET MÉDITATION (en Bourgogne, Champs Melisey)

- 26 fév. au 1er mars 2020
- 6 au 10 juillet 2020