

« Association L'Eveil du Geste »  
**SAISON 2024 / 2025** avec Ana Perocco

<b>Cours et horaires</b>			
<b>COURS</b>	<b>Qi gong</b>	<b>Tai Ji Quan</b>	<b>Lieu *</b>
<b>Lundi</b>	11h30 à 12h30 (3 <sup>ème</sup> âge) 14h à 15h	19h à 20h	L'Eau Vive
<b>Mardi</b>	9h30 à 10h30 10h45 à 11h45		L'Eau Vive
<b>Mardi</b>	19h15 à 20h15		Relais Saint-Louis
<b>Jeudi</b>	10h45 à 11h45 9h30 à 10h30		L'Eau Vive
<b>Vendredi</b>	9h30 à 10h30	10h40 à 11h40	Relais Saint-Louis
<b>Samedi</b>		10h à 11h30 (sabre-une fois par mois)	en plein air ou Gymnase Finaltéri

## Stages au Relais Saint-Louis

Avec Ana Perocco

- ✓ **Qi Gong pour les cervicales et dos** : 10h à 12h30  
Dimanche 17 novembre 2024 - dates pour le 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> trimestre à préciser
- ✓ **Qi Gong d'été** : 3 matinées : **début juillet 2025** à Chatou

## Ateliers au Relais Saint-Louis

- ✓ **RELAXATION** - avec Marie-Hélène PIZANO  
Un jeudi par mois de 19h à 20h  
26 sept, 10 oct., 14 nov. et 12 déc. 2024,  
9 janv., 6 fév., 13 mars, 10 avril, 15 mai et 5 juin 2025
- ✓ **Qi Gong et Toucher Sensitif**  
avec Ana Perocco , Marie-Françoise Gotti et Miguel Jiménez  
3 jeudis de 20h à 21h30 :  
21 novembre / 13 février / 3 avril - Dates à confirmer

- \* L'Eau Vive : 15 Av d'Eprémèsnil
- \* Relais Saint-Louis : 30 bis Rue Auguste Renoir
- \* Gymnase Finaltéri : 197 Rue des Landes

Cotisation annuelle : **465€** pour 1 cours/semaine (possibilité de payer en 3 fois)  
 Adhésions obligatoires: 19€ L'Eveil / 29€ L'Eau Vive  
 Stage : 40€ la matinée / Atelier: 15€ la séance de 1 h et 20€ la séance de 1h30