

Cours hebdomadaires Qi Gong  
Saison 2015-2016

| LUNDI                        | MARDI                        | MERCREDI                           | JEUDI                     | VENDREDI  | SAMEDI   |
|------------------------------|------------------------------|------------------------------------|---------------------------|---|--|
| 9h00-10h00<br>Méditation     |                              | 9h00-10h30<br>Intermédiaire        |                           | 9h00-13h00  |  |
| 10h00-11h00<br>Bases         |                              | 10h30-11h30<br>Méditation          |                           | Qi Gong Santé<br>Qi Gong Séries<br><br><i>Voir calendrier</i> | 10h00-12h00<br>Ateliers Détente<br>Ateliers Bien-Etre<br><i>Voir calendrier</i>  |
| 11h00-12h30<br>Intermédiaire |                              | 11h30-12h30<br>Bases               |                           |   |  |
| 12h30-13h30<br>Qi Gong Santé |                              | 12h30-13h30<br>Qi Gong Santé       |                           |   |  |
|                              |                              |                                    |                           |   | 14h00-18h00<br><br>Qi Gong Santé<br>Qi Gong Séries<br><br><i>Voir calendrier</i> |
| 17h30-18h30<br>Enfants       | 18h00-19h00<br>Méditation    | 18h00-19h30<br>Techniques Avancées |                           | 18h00-20h00<br>Cycle<br>Méditation<br><i>Voir calendrier</i>  |  |
|                              | 19h00-20h00<br>Bases         | 19h30-21h00<br>Intermédiaire       | 19h00-20h00<br>Méditation |   |  |
|                              | 20h00-21h00<br>Qi Gong Santé |                                    | 20h00-21h00<br>Bases      |   |  |

Maison du Qi Gong  
4, rue Dumenge  
69004 Lyon

04 78 28 60 35  
06 42 39 11 47

Corinne FORQUEZ  
Diplômée d'Etat  
4ième DUAN