

2025/26

« Entre ciel et terre »



Qi  
Gong

MONT BLANC

氣 功 博 朗 峰

## ( COURS HEBDOMADAIRES )

Le Qi Gong est une gymnastique douce et énergétique faite de mouvements lents, postures, étirements et méditations.

### DÉBUTANTS & INTERMÉDIAIRES

- > Lundis de 9h à 10h15 - MJC, Chamonix
- > Jeudis de 17h45 à 19h - MJC, Chamonix

Adhésion et inscription auprès de la MJC Chamonix

Engagement à l'année : 200€/un cours - 282€/deux cours

### INTERMÉDIAIRES & AVANCÉS

- > Lundis de 12h15 à 13h45 - Espace Animation, Les Houches

Adhésion auprès de l'association Ateliers Équithés

Inscription auprès de Tiphaine Breillot

Engagement à l'année : 300€/une année - 120€/10 séances

Possibilité de cours à l'unité : 15€

Participation libre au profit de l'association Atelier Équithés

## ( ATELIERS QI GONG MONT BLANC )

Prendre en main sa santé, prendre soin de soi...

VERS UNE SANTÉ INTÉGRATIVE des ateliers co-animés avec Valérie Jacquet

- > Samedi 4 octobre de 16h à 19h : séance découverte - Chamonix (lieu à confirmer)

Tout public, participation libre au profit de l'association

- > Samedis 8 novembre, 6 décembre, 10 janvier, 7 mars et 25 avril - Chamonix (lieu à confirmer)

Engagement à l'année 232€ (adhésion + participation à l'ensemble des ateliers)

Adhésion et inscription auprès de Qi Gong Mont Blanc : [qigongmontblanc@gmail.com](mailto:qigongmontblanc@gmail.com)

## ( INTERVENANTES )



Tiphaine Breillot



Valérie Jacquet

+33 (0) 6 24 30 03 80

[www.qi-gong-nature.fr](http://www.qi-gong-nature.fr)

Qi Gong Mont Blanc



Atelier Équithés



Qi Gong  
MONT BLANC