



## STAGES MENSUELS - niveau DÉBUTANT

- > Ouverts à toutes les personnes désireuses de découvrir l'Art du Chi avec la pratique de Qi Gong et du Tai Ji Qan.
- > Confortable pour les personnes débutantes ne pouvant pas suivre des cours hebdomadaires.
- > le format MATINÉE: prendre le temps de la détente, du relâchement et approfondir les techniques au sol et les enchaînements en postures debout.

**Dates:** dimanches 11 janvier, 8 février, 1er mars 2026

**Horaires:** 9h30 - 12h

**Tarif:** 35 euros la séance

**Lieu:** Pôle Kiné Performance - 22, rue John Maynard Keynes 13e

**Contact enseignante:** Sylvie Cipriani - 06 19 56 52 12



**Les Filles de Jade**  
lesfillesdejade@gmail.com  
artduchimarseille.com



**L'ART DU CHI**  
Méthode Stévanovitch