

## Formation Continue Régionale DÉCOUVERTE QI GONG



**Durée :**  
7 heures en centre



**Dates de formation :**  
12/10/2019



**Lieu de la formation :**  
Tallard (05)



**Effectifs max :**  
25 stagiaires



**Date limite  
d'inscription :**  
05/10/2019



**Tarifs et  
Financement :**

Frais d'inscription	gratuit
Supports pédagogiques	OUI
Frais Pédagogiques	5,00 € / heure
Aide COREG à la Formation	OUI
Aide CODEP à la Formation	NON
Hébergement - Restauration	NON

### Pour qui :

- titulaire du diplôme fédéral Animateur 1<sup>er</sup> degré Adultes ou Seniors en Salle
- titulaire du CQP ALS option AGEE
- titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champs sportif (BP, STAPS)

### Pré-Requis :

- être licencié à la FFEPGV
- être titulaire du module Culture Fédérale (module en e-learning)

### Objectifs de la formation :

- découverte des bases de la médecine traditionnelle chinoise et du Qi Gong
- comprendre et enseigner les bases de la philosophie du Qi Gong
- découverte et apprentissage des différentes techniques afin d'améliorer la souplesse, l'équilibre, la respiration, la concentration, les déplacements, la coordination etc...
- pouvoir retransmettre l'ensemble du contenu auprès du public

### Contenus :

- découverte du Qi Gong par une partie théorique (fondamentaux, historique, bienfaits...)
- techniques précises de respiration dans les 3 zones du corps appelées Dan Tian
- techniques de bases des mouvements et enchaînements
- travail sur les différents déplacements pour améliorer son équilibre et son enracinement
- techniques d'auto-massages et de percussions
- notion de circulation des énergies à travers les méridiens (déblocages de tensions physiques et émotionnelles...)
- méditation taoïste (visualisation de la circulation de l'énergie,)
- notion de verticalité, d'enracinement et de connexion aux énergies Yin et Yang (terre et ciel).

### Encadrement :

- Éducatrice sportive EPGV, professeure de Qi Gong, diplômée de l'UFPMTC (Union Française des Praticiens en Médecine Traditionnelle Chinoise).

### Comment s'inscrire à la formation :

- **Positionnement :**  
En allant sur le site Internet du Comité Régional EPGV PACA : [www.coregepgvpaca.fr](http://www.coregepgvpaca.fr)

Dans la rubrique FORMATION :  
choisir la formation qui m'intéresse et s'inscrire au positionnement téléphonique avec un formateur en cliquant sur :



CETTE FORMATION M'INTÉRESSE ! JE SOUHAITE M'INSCRIRE

- **Après le positionnement :**  
Vous recevrez votre dossier d'inscription par Email contenant le devis de formation, le contrat ainsi que la fiche d'inscription.

Seuls les dossiers complets seront acceptés. Ils seront enregistrés par ordre d'arrivée en fonction du nombre limite de places.

## RENSEIGNEMENTS RELATIFS AU CANDIDAT

Intitulé de la formation : **FORMATION CONTINUE QI GONG**.....  
Nom du candidat : .....  
Nom de naissance : .....  
Prénom : .....  
Adresse : .....  
Code Postal : ..... Ville : .....  
Date de naissance : ..... Lieu de naissance : .....  
Portable : ..... Email : .....  
Association : .....  
Profession : .....

### Financement de la formation

Financement personnel       Financement de la structure : .....

**Coût : 35,00 €**

### Pièces administratives à joindre avec la fiche d'inscription

- copie du diplôme professionnel permettant d'accéder à la formation (Brevet Fédéral, CQP ALS, BP JEPS, STAPS...)
- copie de la licence FFEPGV 2019-2020
- chèque(s) correspondant aux frais pédagogiques

Signature de l'employeur  
si prise en charge

Signature du candidat

Le demandeur déclare avoir pris connaissance des conditions générales de vente des prestations de formation énoncées sur notre site Internet : coregepgvpaca.fr  
Les informations recueillies dans cette fiche d'inscription feront l'objet d'un traitement informatisé exclusivement réservé au Comité Régional EPGV PACA sauf avis contraire de votre part.



**Date limite d'inscription :**  
**04/10/2019**



**Dossier à retourner :**  
**COREG EPGV PACA - Europarc Sainte-Victoire - Bât 10 - 13590 MEYREUIL**