

# Variations sur la Verticalité

## Cycle de 10 séances de Qi Gong

Chaque lundi et jeudi de 11h à 11h50  
du 11 mai au 11 juin 2020

Séances en ligne, en direct et en téléchargement



Pour participer:

1

Envoyer un mail

à [roy.catherine1@gmail.com](mailto:roy.catherine1@gmail.com)

informant de votre souhait à participer aux séances et du mode choisi:

- **Cycle en direct**, permet d'assister aux séances en direct ( sans enregistrement ) 100 euros
- **Cycle et vidéo**, permet d'assister ou non à la séance et de recevoir les liens des enregistrements audio et vidéo de chaque séance le jour même 120 euros

2

## Effectuer un virement bancaire

de la somme correspondante au cycle entier sur le compte de:

Catherine Roy

Banque postale centre financier de LYON

IBAN FR59 2004 1010 0712 5180 5F03 881

*Le virement doit être effectué 48 heures avant le début de la séance si possible avant la veille de la séance.*

## Ou paiement via PAYPAL

sur le compte [roy.catherine1@gmail.com](mailto:roy.catherine1@gmail.com)

3

A réception du virement, vous recevrez le lien de connexion pour les 10 séances.

Si vous n'avez pas encore téléchargé l'application ZOOM, vous pouvez la télécharger gratuitement sur internet.

4

Utiliser le lien pour se connecter chaque lundi et jeudi à 11h en direct et/ou recevoir la séance enregistrée par mail selon votre choix.

Précisions:

Les séances comportent environ 40 mn de pratique debout qui peuvent être adaptées en s'asseyant sur une chaise si besoin et à l'issue de la pratique 10 mn d'échanges à partir de vos questions.

La réunion est ouverte 10 mn avant la séance pour permettre à tout le monde de se connecter.

Les micros de chacun sont ensuite en mode muet pendant la pratique et réactivés tour à tour lors des questions/réponses.

Prévoir des habits confortables et une pièce aérée, un endroit calme.

Ne pas trop manger avant ni tout de suite après.

L'engagement sur la totalité du cycle est demandé ( pas de remboursement ).

Les prix ont été adaptés ( réduits de 25 % ) au vu de la situation générale.

L'aspect financier ne doit pas être un empêchement à la pratique, me contacter si vous rencontrez des difficultés.

Il est possible d'intégrer ce cycle en cours, chaque séance est unique et accessible à tous.

Me contacter cas échéant.

Séances proposées et animées par

**Catherine Roy**

[www.energetiqueetmusique.com](http://www.energetiqueetmusique.com)

[roy.catherine1@gmail.com](mailto:roy.catherine1@gmail.com)