Les Arts Méditatifs & Energétiques du Rhin

TARIFS & INSCRIPTION 2026/27

Qi gong

Pratique ancestrale de santé (de la Médecine Traditionnelle Chinoise, cette discipline est composée d'automassages, d'exercices respiratoires, de postures statiques, de marches, de mouvements lents et continus, de méditations assises ou debout. Leur action sur les méridiens et les points d'acupuncture contribue à libérer et équilibrer l'énergie vitale.

Horaires du Qi gong :

Lundi & Vendredi de 19h à 20h

- Apaisent les tensions et le stress
- Aident à retrouver le calme intérieur
- Libèrent les blocages et les stases
- Entretiennent souplesse et endurance
- Améliorent l'équilibre et le souffle
- Favorisent concentration et mémoire

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

ASSOCIATION LAME DU RHIN

06-72-84-95-53

lamedurhin@gmail.com

www.lamedurhin.fr

Taï chi

Gestuelle énergétique qui se traduit par un enchaînement lent, continu, circulaire et précis, fondé sur la circulation de l'énergie, la maîtrise du souffle et la maîtrise de soi, le travail sur la concentration...

Art martial non violent, il peut se pratiquer avec des « armes » comme l'épée, le bâton, l'éventail...

Horaires du Taï chi :

Lundi & Vendredi de 20h à 21h

ABONNEMENTS		TARIF TRIMESTRIEL NORMAL	TARIF TRIMESTRIEL COUPLES	TARIF TRIMESTRIEL REDUIT**	COTISATIONS ANNUELLES	
Formule 1 :	• **1h hebdo (taichi ou qi gong)** lundi ou vendredi	52 €	43 €	26 €	LAME DU RHIN	15 €
Formule 1 +	• **2 heures hebdo même discipline**	62 €	52 €	31 €		
Formule 2 :	• **2h hebdo : 1h taïchi + 1h qi gong**, lundi ou vendredi	75 €	62.50 €	37.50 €	Fédé. FAEMC	35 €
Formule 3 :	• **3h hebdo** au **choix** : 3 h à panacher	85 €	70 €	42.50 €		
Formule 4 :	• **4h hebdo : 2h taïchi + 2h qi gong**	95 €	79 €	47.50 €	TOTAL ANNUEL	50 €

3 CHEQUES à L'INSCRIPTION
Encaissement différé :
1er trimestre encaissé
Fin novembre 2025
2ème trimestre encaissé
Fin janvier 2026
3ème trimestre encaissé
Fin avril 2026

** tarif réduit : en situation de recherche d'emploi, Invalidité, étudiant, contraintes professionnelles (sur justificatifs)
Tarifs couple & réduit non cumulables

PAIEMENT DE L'ANNEE EN 1 FOIS
REMISE DE 10%
Sur le montant des cotisations trimestrielles (hors cotis. obligatoires)

- Chèques établis à l'ordre de :
  Association l'AME DU RHIN – 68740 RUMERSHEIM-LE-HAUT
- Règlements possibles par virement ou espèces (infos auprès du trésorier)
- Les séances effectuées pendant le 4e trimestre et les vacances scolaires sont gratuites
- Fournir un certificat médical de *non-contre-indication*

NOM, PRENOM

Adresse

Tél. /portable | **Courriel**

MON INSCRIPTION

☐ JE PAYE L'INTEGRALITE : - 10% (voir règlement : case 4)
☐ FORMULE 1 ☐ FORMULE 1+
☐ FORMULE 2 ☐ FORMULE 3
☐ FORMULE 4

MA SITUATION

☐ REDUCTION COUPLE
☐ TARIF REDUIT : JE JOINS LES JUSTIFICATIFS**

JE CHOISIS MES SEANCES

☐ QI GONG LUNDI ☐ TAÏCHI LUNDI
☐ QI GONG VENDREDI ☐ TAÏCHI VENDREDI

MON REGLEMENT :

1. COTISATION LAME DU RHIN =....15 €
2. FEDERATION FAEMC = ...35 €
3. MA COTIS. TRIMESTRIELLE (SELON FORMULE & SITUATION) = ... €
4. JE PAYE EN 1FOIS : -10% : ((case 3) X 3) -10%) = ... €

☐ ***REGLEMENT EN 1 FOIS : 1+2+ 4 = ...€***

JE REGLE PAR CHEQUE A L'ORDRE DE L'A.M.E. DU RHIN

DATE :

☐ **J'ETABLIS 3 CHEQUES à encaissement différé :**

- 1e TRIMESTRE : 1+2+3 = ... €
- 2e TRIMESTRE : (3) = ... €
- 3e TRIMESTRE : (3) = ... €