



Association Jocassienne d'Initiatives pour des Liens Solidaires

Maison des Associations 1bis rue des Valanchards

95280 Jouy le Moutier

N° de SIRET : 451 491 070 00012 - Code APE : 9499Z

Agrément : Jeunesse et éducation populaire 95-2007-JEP 035

e-mail : assoajils@yahoo.fr - <http://www.ajils.fr>

REGLEMENT INTERIEUR TAIJI-QIGONG AJILS

Ce règlement complète et rappelle le règlement intérieur publié sur le site Internet de l'Association.

Les cours de TAIJI-QIGONG est une activité mis en place par l'association AJILS.

Cet art corporel, contrairement à l'idée qu'on s'en fait parfois, s'appuie sur des efforts physiques, d'où son immense efficacité. Les spécialistes de la santé ne cessent désormais d'en faire l'éloge ! Pour que les résultats soient au rendez-vous, il est recommandé de pratiquer ces exercices quotidiennement. Il ne s'agit ni d'un sport, ni d'un loisir mais bien d'une hygiène corporelle.

Article 1 – Horaire: L'activité a lieu les jeudis de 18h15 à 19h15, à compter du **7 octobre 2021** hors périodes de vacances scolaires.

Pour pratiquer l'activité, un certificat médical est demandé.

Article 2 Une tenue vestimentaire est préconisée afin de permettre la réalisation optimale des mouvements et contribuer à l'ambiance du cours.

Pour bénéficier d'un effet de groupe il est préconisé de porter un pantalon ample (pas moulant, ni serré) et un haut blanc ample également (un tee-shirt large peut suffire).

Il ne faut surtout pas de juste au corps qui risque de provoquer des frottements.

Pour les chaussures, de préférence blanches de type chaussons de gymnastique souple

Article 3: L'activité Taiji QI-GONG doit se dérouler dans une ambiance sereine et conviviale.

Conformément au règlement intérieur, un participant peut être exclu pour les motifs suivants:

- Non-respect des consignes et règles de sécurité,
- Propos désobligeants envers les autres membres de l'association,
- Comportement non conforme avec l'éthique et les valeurs de l'association,
- Non-respect des statuts et du règlement intérieur de l'Association.

Jouy le Moutier, le

Signature de l'adhérent précédé de lu et approuvé