

# Association PREMS

## Atelier Qi Gong à Thème-Tonification des REINS LES OISEAUX DE MA WANG DUI



Atelier spécial Hiver, Tonification des REINS enseigné par Michel LANOTTE  
Diplômé MTC, Ecoles SHAO YANG LYON, LING GUI PARIS

### **Programme:**

**Réveil énergétique et éducatifs pour préparer les Reins**

**Etude progressive de 13 postures**

**Méditation, Les 1000 Mains de Bouddha**

Les Oiseaux de MA WANG DUI sont un Qi Gong de stimulation du Foyer inférieur dans sa dimension génitale et sa relation d'alimentation du cerveau, Mer des Moelles, en prévention de la maladie d'Alzheimer.

**Samedi 18 janvier 2020**

**MARSEILLE-13002, Atelier d'Art Corporel , 60 rue Puvis de Chavannes**

**Horaire 9H30-12H30 ; 14H30-17H30**

Tout Public, perfectionnant et pratiquant

Tarif 45 euros

**Réservation par fiche disponible sur le site ci-dessous**

**Chèque d'arrhes de 20 euros à l'inscription, ordre PREMS**

**Inscription-enseignements :**

**Association PREMS, Route des Hauts de la Besse F60**

**07340 PEAUGRES**

**04.75.33.51.86 - 06.66.28.81.54**

**[asso.premis@orange.fr](mailto:asso.premis@orange.fr)**

**<http://voieducalme.com>**

