

## Association PREMS



Cycle Méditations Qi Gong thérapeutique animé par Michel LANOTTE  
Diplômé MTC, Ecoles SHAO YANG LYON, LING GUI PARIS

### **Programme:**

**Méditation BLEUE pour nourrir et faire circuler le sang**

**Méditation de la Déesse Dorée**

**Méditation des 1000 Mains de BOUDDHA**

**Méditation de la Compassion**

Qi Gong de stimulation des défenses immunitaires qui mobilise principalement  
DAI MAI et SHAO YANG pour produire et faire circuler le sang.

### **Séances ZOOM Janvier 2022**

**Lundis 3, 10, 17, 24 et 31 janvier**

PUBLIC perfectionnant et pratiquant le Qi Gong

Tarif adhérents 15 Euros

Non adhérents : 20 Euros

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

**Vous recevrez le lien ZOOM pour les séances prévues**

**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>**

