

# Association PREMS



## Atelier spécial Qi Gong du DRAGON ROUGE

Atelier spécial Qi Gong thérapeutique de l'été animé par Michel LANOTTE  
Diplômé MTC, Ecoles SHAO YANG LYON, LING GUI PARIS

Programme Samedi :

**8 Postures du DRAGON ROUGE**

**Méditation des 1000 MAINS de Bouddha**

Programme Dimanche :

**Qi Gong du Soleil selon météo**

**Marches de l'OURS, du LION, du TIGRE et Méditation Bleue**

Au début de l'été chinois, ces Qi Gong libèrent la circulation du sang dans tout le corps, relie l'Axe énergétique CŒUR-REINS à DAIMAI et CHONG MAI.

**Samedi 7 mai 2022 de 9H30-12H30 et 14H30-17H30 à PEAUGRES-MTL**

**Dimanche 8 mai 2022 de 6H à 15H à PEAUGRES-MTL**

TOUT PUBLIC

Tarif adhérents 2 jours: 35 Euros, 1 journée 20 Euros

Tarif non adhérent 2 jours 45 euros, 1 journée 25 Euros

Tarif découverte une demi-journée 15 euros

Pause déjeuner partagé

**Réservation par fiche-contact disponible sur le site ci-dessous**  
**Préciser la formule de votre choix**

**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>**

