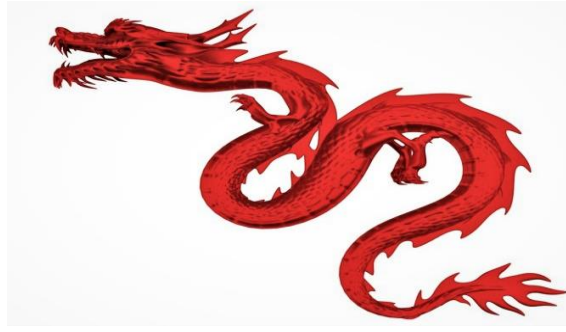


# Association PREMS



## 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  
Visite annuelle régulière en COUSERANS, berceau familial

### Programme :

**Réveil énergétique, axe CŒUR-REINS**

**Initiation aux 5 premières postures du DRAGON ROUGE**

**Méditation des 1000 MAINS de Bouddha**

En cette fin d'été chinois, ce Qi Gong libère la circulation du sang dans tout le corps, relie l'Axe de la vitalité CŒUR-REINS aux merveilleux vaisseaux, spécialement DAIMAI et CHONG MAI, et prépare le terrain énergétique des POUMONS à la naissance de l'automne.

**Mercredi 31 août 2022 de 10H à 12H à AYET-en-BETHMALE**  
**Salle polyvalente sous le gîte communal tenu par Antoine et Anna**

TOUT PUBLIC

Tarif 10 Euros

Repas possible sur place 10 Euros pour un échange avec l'enseignant

Réserver le repas auprès d'Antoine et Anna au 06 31 32 96 42

**Réservation de la séance par mél ONGLET CONTACT du site ci-dessous**  
**Ou auprès d'Antoine et Anna au 06 31 32 96 42**

**Organisateur Michel LANOTTE, Association PREMS**

**07340 PEAUGRES**

**04.75.33.51.86 - 06.66.28.81.54**

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

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

