



PRATICA DI QI GONG A CERESOLE REALE



Stimolazione dell'energia difensiva

Sedute di tonificazione generale insegnate da Michel LANOTTE
Diplomato scuole cinesi di LIONE e PARIGI-LING GUI Dott. LIU Dong

PROGRAMMA ADATTO A TUTTI E PER PRATICANTI

La Mattina : Sveglia energetica, 6 suoni terapeutici

Qi Gong dell'OCA SELVATICA

Meditazione delle 1000 Mani di BUDDA

Il pomeriggio : Marcia della GRU, del LEONE, del DRAGO

Qi Gong di STIMOLAZIONE DEI RENI

Meditazione BLU

Lunedì 8 di luglio dalle ore 18 alle 19

Presentazione del Qi Gong in medicina cinese, esposizione e domande

Da Martedì 9 a giovedì 11 LUGLIO 2024

La mattina : dalle ore 9.30 alle ore 12.30

Il pomeriggio : dalle ore 15.30 alle ore 18.30

All'aperto in Borgata Pian della Balma

In caso di maltempo presso lo **SPORTING CLUB-TRE LEVANNE** (ex. Centro Fondo)

Tariffa :

Una seduta €25, 3 sedute mattina o pomeriggio €60, tutte le sedute €100

Modulo di contatto sul sito in basso ed acconto €25 sul conto corrente

IBAN FR76 1680 7001 0431 0894 9719 983

Informazioni, Associazione PREMS-La Via del Calma

Giusi 340.2912420 o Michel +33 666 288 154

asso.premis@orange.fr

<http://voieducalme.com>

