



## Atelier spécial QI GONG DU TIGRE BLANC

Atelier Qi Gong ciblé POUMONS-REINS enseigné par Michel LANOTTE  
Diplômé médecine traditionnelle chinoise SHAO YANG LYON, LING GUI PARIS

**Programme :**  
**Réveil énergétique, hypochondres, DAIMAI**  
**QI GONG DU TIGRE BLANC**

Au seuil du Printemps Chinois, ce Qi Gong stimule le couple POUMONS-REINS, libère le SANG du FOIE et mobilise articulations et énergie défensive.

**Lundis 12, 19, 26 janvier et 2 février 2026 Parc DÉOMAS-ANNONAY  
Cercle Arboré, Horaire 9H30-11H.**

Tout Public Adhérent à l'Association  
**Tarif Adhérents réguliers 5€, Adhérents occasionnels 7€**

**Inscription-réservation par mél ou Fiche CONTACT du site web  
Information:**

**04.75.33.51.86 - 06.66.28.81.54**

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

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

