

PROGRAMME 2024/2025

SERIE 1

Tai Ji Qi Gong *18 mouvements*



SERIE 2

Shan Ren Daoyin *Exercices des Ermites (Yoga Thai)*



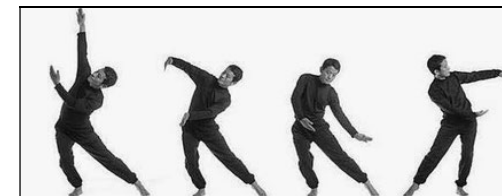
SERIE 3

Dao Yin Yang Sheng Gong *Nourrir et tonifier le Qi Originel*



SERIE 4

Heaven Nature Gong *Pratique du ciel & de la nature*



PENDANT TOUTE L'ANNEE :

Pratique de la posture du Dao de l'Harmonie de Maître Jian Liujun.