



# JOSÉ DIAZ anime

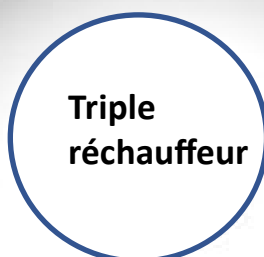
## *un stage de*

# **QI GONG DES 5 ANIMAUX ET LES 6 SONS THÉRAPEUTIQUES**

**LE SAMEDI 05 MARS 2022 DE 14H à 17H**  
**Au gymnase du collège Lamartine à Crémieu**



**Foie**



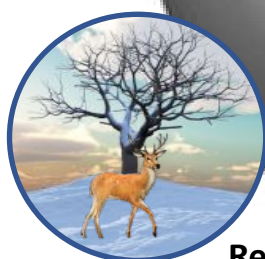
**Triple  
réchauffeur**



**Cœur**



**Rate**



**Reins**



**Poumons**

*Venez stimuler vos principaux organes en vous inspirant de postures de ces 5 animaux : le Tigre , le Cerf, l'Ours, le Singe et la Grue.*

*Harmoniser , tonifier ou purger vos organes en apprenant à respirer grâce à 6 sons spécifiques faisant travailler les principaux organes.*

***Stage ouvert à tout public.***

***Renseignements et inscriptions :***

***Jean : 06 15 35 03 18 ou Marie-Hélène : 06 04 46 05 73***

***Tarif : 20 € ( gratuit pour les adhérents)***

A ce jour le port du masque reste obligatoire, pass vaccinal sauf changement gouvernemental des mesures sanitaires d'ici le mois de mars