

YI MING 翳明

Association n° 0132005798 Affiliée à F.E.Q.G.A.E. « UNION PRO QI GONG »

Chez Josiane PLANELL Mas des Tilleuls 198 rte du Mas du Tort GIMEAUX 13200 ARLES

tél 0619631062 www.yi-ming.fr planell.josiane@gmail.com

ECOLE DE BASTIERES Rte des Saintes Maries de la Mer 13200 ARLES

(saison 2021-2022)

DATE DES SEANCES	VENDREDI (consulter calendrier)
MEDITATION	de 8 h 30 à 9 h 15
QI GONG (2° niveau)	de 9 h 30 à 11 h 30
QI GONG (1° niveau)	de 14 h à 16 h
ATELIERS	Consulter le planning

SEPTEMBRE 2021			17	24
OCTOBRE 2021	01	08		
NOVEMBRE 2021		19	26	
DECEMBRE 2021	03	10	17	
JANVIER 2022	07	14	21	28
FEVRIER 2022			25	
MARS 2022	04	11	18	
AVRIL 2022			22	29
MAI 2022	06		20	
JUIN 2022	03 (JQG)	10	17 (ext)	24 séances

ATELIERS « QI GONG » Samedi de 10 à 17 h		ATELIERS « MEDITATION » Vendredi de 16 h 30 à 18 h 30
QI GONG	QI GONG spécifiques	
BAI HE	Qi GONG DE LA FEMME	01 octobre 2021
TAI JI QI GONG DE LA GRUE BLANCHE Le 27/11/21	Le 15/01/22 Le 19/03/22	26 novembre 2021
TAI JI QI GONG SHI BA SHI	QI GONG et STRESS	07 janvier 2022
Le 11/06/22	Le 12/03/22	25 février 2022
Qi Gong de la SAGESSE	ATELIER SPECIFIQUE	11 mars 2022
Le 30 /04/22		22 avril 2022
WU BU SHU JI GONG	REFLEXOLOGIE En POLARITE (pour tête, mains et pieds)	20 mai 2022
Le 21/05/22	Le 09/10/21 Le 26/02/22	03 juin 2022

(POSSIBILITE DE MODIFICATION EN FONCTION DE LA DISPONIBILITE DE LA SALLE
ou EN CAS DE FORCE MAJEURE)

Arles, le 27/05/2021

J. PLANELL