



Qi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus)

 Télécharger

 Lire En Ligne

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Qi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus)

Zhang Guangde

Qi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) Zhang Guangde

 [Télécharger Qi Gong 99 pour Se Régénérer \(DVD Inclus\) ...pdf](#)

 [Lire en ligne Qi Gong 99 pour Se Régénérer \(DVD Inclus\) ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Qi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) Zhang Guangde

80 pages

Présentation de l'éditeur

Le « Qi Gong 99 pour se régénérer » est un ensemble de 39 mouvements destinés aux jeunes de 9 à 99 ans. Les exercices activent la circulation de l'énergie du sommet de la tête jusqu'aux extrémités des orteils le long des méridiens qui relient les points utilisés en acupuncture. Ils vous aideront à rester jeune et vous rempliront de bien-être. Vous pouvez pratiquer ce Qi Gong chez vous ou en groupe, avec une musique méditative en accompagnement. Discipline ancestrale traditionnelle, le Qi Gong signifie en chinois « le travail du souffle ». Le Qi Gong permet d'entraîner notre corps en douceur et de libérer notre stress. Académicien du Qi Gong en Chine, auteur de 60 livres sur le sujet, le Professeur Zhang Quangde a modernisé le « Qi Gong 99 pour se régénérer ». Grâce à lui, c'est une technique thérapeutique enseignée à l'université chinoise. Sa renommée est mondiale, il enseigne plusieurs fois par an en Europe. Ce livre et ce DVD sont une traduction fidèle en français de son manuel chinois. Contenu du DVD : 48 minutes. - La biographie du Professeur ZhangGuangde. - Le cours : les 39 mouvements executés par le Maître et expliqués en Français. - Les exercices : Pratiquez les 39 mouvements avec le Maître, en musique et sans paroles. Biographie de l'auteur Traduit par Badema. - Couverture de Sulin. - Voix de Carine Seront.

Download and Read Online Qi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) Zhang Guangde

#H4NFTCYAJZV

Lire Qi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) par Zhang Guangde pour ebook en ligneQi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) par Zhang Guangde Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Qi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) par Zhang Guangde à lire en ligne.Online Qi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) par Zhang Guangde ebook

Téléchargement PDFQi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) par Zhang Guangde DocQi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) par Zhang Guangde MobipocketQi Gong 99 pour Se Régénérer (DVD Inclus) par Zhang Guangde EPub

H4NFTCYAJZVH4NFTCYAJZVH4NFTCYAJZV