

# Association PREMS



## Atelier Qi Gong LA GRANDE OURSE

Atelier spécial de l'Alchimie Interne, animé par Michel LANOTTE  
Praticien Qi Gong traditionnel Ecole SHAO YANG LYON-LING GUI PARIS

### Programme:

Réveil énergétique  
Préparer le Foie  
LA GRANDE OURSE  
Méditation pour tonifier le Centre de Gravité  
Apporter coussin de sol

**Samedi 15 décembre 2018, PEAUGRES-MTL**  
**Horaire 9H-12H15**

Tout Public

Coût 20 Euros pour les adhérents ; 25 Euros non adhérents

Coût de l'adhésion annuelle pour bénéficier des tarifs réduits en saison :  
15 Euros

**Réservation par fiche disponible sur le site ci-dessous**

**Inscription-enseignements :**  
**Association PREMS, Route des Hauts de la Besse F60**  
**07340 PEAUGRES**  
**04.75.33.51.86 - 06.66.28.81.54**  
[asso.premis@orange.fr](mailto:asso.premis@orange.fr)  
<http://voieducalme.com>

