

# PLANNING des ATELIERS de PRATIQUE

## 2022

### OCTOBRE

### NOVEMBRE

### DECEMBRE

**Dimanche 16**

**Atelier 1**

**Souffles &  
Immunité**

Xi Xi Hu

**Dimanche 11**

**Atelier 3**

**Cycle du Yin &  
Emotions**

La Fille de Jade

**Samedi 19**

**Atelier 2**

**Renforcement  
énergétique**

Bâton de longévité

# PLANNING des ATELIERS de PRATIQUE

## 2023

### JANVIER

### FEVRIER

### MARS

**Samedi 21**

**Atelier 4**

**Souffles &  
Immunité**

Xi Xi Hu

**Dimanche 26**

**Atelier 5**

**Marches et Mobilité**  
Danse des 5 Animaux

**Samedi 25**

**Atelier 6**

**Fluidité**  
Déploiement Muscles Tendons  
Yi Jin Jing