

WU QIN XI

Qi Gong des 5 animaux

Ouverture

1. TIGRE 1 et 2 – foie
2. CERF 1 et 2 – rein
3. OURS 1 et 2 – rate
4. SINGE 1 et 2 – cœur
5. GRUE 1 et 2 – poumon

Fermeture

