

JOURS	HORAIRES	DISCIPLINES	COURANT	LIEUX
MERCREDI	10h30-12h Tout niveau 1h30	Qi gong base tao Respiration, dao yin Chi self massage Sourire intérieur 6 sons de guérison	Uhts master Mantak Chia	Salle le labot 21 rue Haguenot 34070 Montpellier
	12h30-14h Tout niveau 1h30	Taichi-qi gong respiration Chemise de fer jeux à deux	Uhts master Mantak chia	Jardin du peyrou Centre ville
	18h15-19h30 Tout niveau 1 à 2 rencontre par mois 1h15	Les RDV du Sonmudo Initiation interne et externe de la discipline	Temple de golgusa/koréa	Face au château d'ô Tram 1: Arrêt château d'ô (de l'autre coté du rond point f
JEUDI	09h45-10h45 Tout niveau 1h	Eveil énergétique Massage, respiration, ancrage, alignement mobilité articulaire,	Dans la pédagogie de l'onde du dragon Et UHTS Mantak chia	Face au château d'ô Tram 1: Arrêt château d'ô (de l'autre coté du rond point)
	10h45-11h45 Niveau débutant 1h	Qi gong Siu lohan Être entre terre et ciel Circulation énergétique Enchaînement de 15 mn	master Howard Choy	
	11h45-13h15 Pour 2 ^{ème} année 1h30	Qi gong Siu lohan	Master Howard Choy	Salle Klassdanse 757 av villeneuve d'Angoulême Entrée rue Jean Montlaur Montpellier
	19h30-21h tout niveau 1h30	Qi gong base tao Respiration, dao yin Chi self massage Sourire intérieur 6 sons de guérison	uhts master Mantak Chia	