

## Vidéos de nous.

### QI-GONG

Ba Duan Jin	<a href="http://youtu.be/HDCsdCoJRJQ">http://youtu.be/HDCsdCoJRJQ</a>
Zhi Neng Qi-gong (peng qi guan ding fa)	<a href="https://youtu.be/Sr3oAtfJ0Ps">https://youtu.be/Sr3oAtfJ0Ps</a>
Zhi Neng Qi-gong (Xin Shen Zhuang)	<a href="http://youtu.be/VuHCbxbRAfs">http://youtu.be/VuHCbxbRAfs</a>
Zhi Neng Qi-gong (Xin Shen Zhuang 2)	<a href="https://youtu.be/1MCiHsTdLY">https://youtu.be/1MCiHsTdLY</a>
Whu Yuan Zhuang	<a href="https://youtu.be/82fPMU0rV0Q">https://youtu.be/82fPMU0rV0Q</a>
Liu Zi Zue (Les 6 sons thérapeutiques)	<a href="http://youtu.be/0DSMn0J8ju4">http://youtu.be/0DSMn0J8ju4</a>
Da Yan Qi-gong 1° (moitié)	<a href="http://youtu.be/NFYPrSzvzK4">http://youtu.be/NFYPrSzvzK4</a>
Harmonisation rein-Cœur	<a href="http://youtu.be/63DEr7US8gw">http://youtu.be/63DEr7US8gw</a>
Da Yan Qi-gong (Première méthode)	<a href="http://youtu.be/EKt2GS3KZAE">http://youtu.be/EKt2GS3KZAE</a>
Da Yan Qi-gong (deuxième partie)	<a href="http://youtu.be/NXPCC_wkN1I">http://youtu.be/NXPCC_wkN1I</a>
Masser sur les points	<a href="https://youtu.be/zOnhvQm7PH4">https://youtu.be/zOnhvQm7PH4</a>
Yi Jin Jing	<a href="https://youtu.be/O61TSXTlyRs">https://youtu.be/O61TSXTlyRs</a>
Auto-massages Pierre-Ange	<a href="https://youtu.be/DcolqWMDRW4">https://youtu.be/DcolqWMDRW4</a>
Wu Xing Qi-Gong (les 5 éléments)	<a href="https://youtu.be/zUdLeOj2B6c">https://youtu.be/zUdLeOj2B6c</a>
Wu Qin Xi (le jeu des 5 animaux)	<a href="https://youtu.be/VxC0X3noCPo">https://youtu.be/VxC0X3noCPo</a>

### KARATE

Pinan Shodan	<a href="http://youtu.be/wdpqaiB6Uc4">http://youtu.be/wdpqaiB6Uc4</a>
Pinan Nidan	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=R-HqzwGqTKY">http://www.youtube.com/watch?v=R-HqzwGqTKY</a>
Pinan Sandan	<a href="http://youtu.be/6V6gQEmDBpg">http://youtu.be/6V6gQEmDBpg</a>
Pinan Yondan	<a href="http://youtu.be/37KYC9DfF_w">http://youtu.be/37KYC9DfF_w</a>
Pinan Godan	<a href="http://youtu.be/96anMVnK2g0">http://youtu.be/96anMVnK2g0</a>
Bassai-Dai	<a href="http://youtu.be/76igwsYbWZY">http://youtu.be/76igwsYbWZY</a>
Tomari No Chinto	<a href="http://youtu.be/kDZ_71t8Njc">http://youtu.be/kDZ_71t8Njc</a>
Matsumura Bassai	<a href="http://youtu.be/1rL98Sqeh-0">http://youtu.be/1rL98Sqeh-0</a>

### TAÏ-CHI-CHUAN

LaoJia (école Chen) <http://youtu.be/DOh-qpxT2So>

Natacha acupuncture <http://www.youtube.com/watch?v=k3FsnQ4wl6Q>

Natacha guitare <http://www.youtube.com/watch?v=8PU5XdjtvT8>