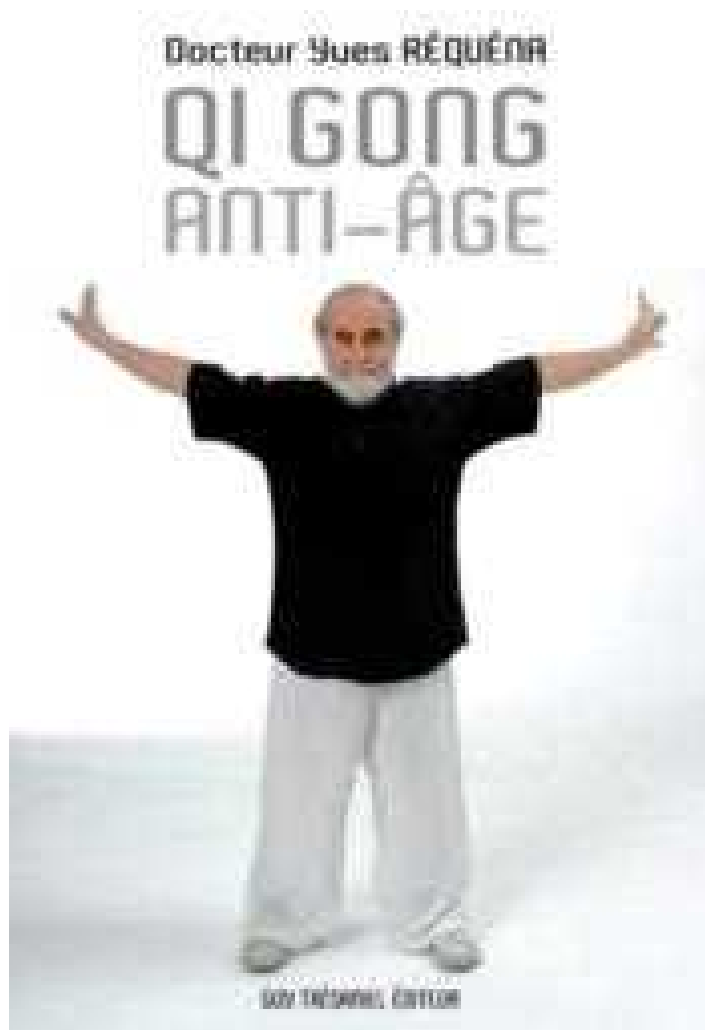


## Qi Gong anti-âge PDF

Yves Réquéna



*Ceci est juste un extrait du livre de Qi Gong anti-âge. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



**DOWNLOAD PDF**

Auteur: Yves Réquéna  
ISBN-10: 9782813201270  
Langue: Français  
Taille du fichier: 2873 KB

## **LA DESCRIPTION**

Le Qi Gong anti-âge s'adresse à tous, même aux jeunes, car il vise l'état de supra-santé. C'est en optimisant la santé à chaque instant, en fortifiant ses énergies et sa vitalité que l'on peut faire reculer l'âge, ralentir les risques de vieillissement. Le Qi Gong est si puissant qu'il permet de récupérer des fonctions qui commencent à faiblir. le Dr Réquéna fait la relation entre les mécanismes du vieillissement physiologique et les théories de la médecine chinoise.- Des exercices pratiques illustrés dans un DVD inédit.- Bienfaits sur la flexibilité des articulations.- Récupération d'états cardio-vasculaires.- Stimulation de l'immunité.- Renforcement de la mémoire et de la concentration.- Tonification des muscles des jambes et renforcement de l'équilibre.- Des résultats et effets puissants à tous ceux qui pratiquent avec assiduité

## **QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Qi Gong. Pratique de mouvements simples, effectués avec lenteur, et de différentes postures corporelles, le Qi Gong développe une respiration profonde, détend ...

Le pionnier du Qi Gong en France n'est pas un médecin comme les autres. Reconnu comme l'un des plus grands experts en activité, le Dr Yves Réquena porte haut ...

Découvrez mon programme de Qi Gong en ligne : <https://sante-autonome.fr/pv2-progqigong/> Le "Qi Gong pour la beauté du visage" est un ensemble d'auto ...

## QI GONG ANTI-ÂGE

[Lire la suite...](#)