



DIE 8 BROKATE

1. MIT BEIDEN HÄNDEN DEN HIMMEL STÜTZEN
2. DEN BOGEN SPANNEN UND AUF DIE WILDGANS ZIELEN
3. DIE HÄNDE EINZELN HEBEN UND MAGEN & MILZ REGULIEREN
4. DIE 5 ÜBEL UND 7 LEIDEN HINTER SICH LASSEN
5. MIT DEM SCHWANZ WEDELN WIE EIN FISCH
6. SICH AN DIE FÜSSE FASSEN UND DIE NIEREN STÜTZEN
7. MIT DEN FÄUSTEN SCHLAGEN UND DEN AUGEN FUNKELN
8. DIE 1.000 MÜHSALE ABSTREIFEN

QI GONG - TAI CHI - MEDITATION - ENERGIEARBEIT

WWW.DAOYIN-WILTS.COM