



ZHI NENG QI GONG

Qi Gong de la Sagesse

Par Maître ZHOU Jing Hong

GRAND CHAMP D'ÉNERGIE NATURELLE

2018

Mois	Jour	Nouvelle lune	Méthodes	Jour	Pleine lune	Méthodes
Janvier	15	●	1 ^{re} méthode	30	○	1 ^{re} méthode
Février	15	●	2 ^e méthode	1 mars *	○	2 ^e méthode
Mars	16	●	3 ^e méthode	30	○	3 ^e méthode
Avril	14	●	4 ^e méthode	29	○	4 ^e méthode
Mai	14	●	1 ^{re} méthode	28	○	1 ^{re} méthode
Juin	12	●	2 ^e méthode	27	○	2 ^e méthode
Juillet	12	●	3 ^e méthode	26	○	3 ^e méthode
Août	10	●	4 ^e méthode	24	○	4 ^e méthode
Septembre	8	●	1 ^{re} méthode	23	○	1 ^{re} méthode
Octobre	8	●	2 ^e méthode	22	○	2 ^e méthode
Novembre	6	●	3 ^e méthode	21	○	3 ^e méthode
Décembre	6	●	4 ^e méthode	20	○	4 ^e méthode

- Ces dates sont calculées en fonction de la 1^{re} heure de la journée qui est 23h (calendrier traditionnel chinois). Par exemple pour janvier, il s'agit du 15 à partir de 23h.
- Vous pouvez pratiquer le lendemain ou le surlendemain des dates donnée, si vous avez manqué la 1^{re} fois.
- * Exception due aux 28 jours du mois de février