



ZHI NENG QI GONG

Qi Gong de la Sagesse

Par Maître ZHOU Jing Hong

GRAND CHAMP D'ÉNERGIE NATURELLE

2021

Mois	Jour	Nouvelle lune	Méthodes	Jour	Pleine lune	Méthodes
Janvier	12	●	1 ^{re} méthode	26	○	1 ^{re} méthode
Février	10	●	2 ^e méthode	25	○	2 ^e méthode
Mars	12	●	3 ^e méthode	26	○	3 ^e méthode
Avril	10	●	4 ^e méthode	25	○	4 ^e méthode
Mai	10	●	1 ^{re} méthode	26	○	1 ^{re} méthode
Juin	09	●	2 ^e méthode	23	○	2 ^e méthode
Juillet	08	●	3 ^e méthode	23	○	3 ^e méthode
Août	07	●	4 ^e méthode	21	○	4 ^e méthode
Septembre	06	●	1 ^{re} méthode	20	○	1 ^{re} méthode
Octobre	05	●	2 ^e méthode	19	○	2 ^e méthode
Novembre	04	●	3 ^e méthode	18	○	3 ^e méthode
Décembre	03	●	4 ^e méthode	17	○	4 ^e méthode

- Ces dates sont calculées en fonction de la 1^{ère} heure de la journée qui est 23 h (calendrier traditionnel chinois). Par exemple, pour janvier, il s'agit du 12 à partir de 23 h.

- Vous pouvez pratiquer le lendemain ou le surlendemain des dates données, si vous avez manqué la 1^{ère} fois.