

# UHT - Questions du pratique ou du théorie

Analyse des elements: Warm Up, Inner Smile, 6 Healing Sounds, MCO, Iron Shirt

UHT Introduction

L'Échauffement

Exercices A,B,C,D,E,F dans la brochure du base

Sourire intérieure (3 lines, **Sourire 5 Organes**, Compassion)

6 Son de guérison

Chemise de fer l'arbre et tortue

Exercices de Pre-Meditation

Meditation assise 15 Minutes (Sourire intérieure Smile, OMC; Fermature)

Autre question