

# Tempel QiGong

1. Wuji
2. Begin
3. Monnik in Meditatie
4. Omcirkel het Universum
5. Slang gaat door de Ring
6. Ben Een met de Aarde
7. Strek naar het Oneindige
8. Ben Een met het Heelal
9. Gebedswiel
10. Pluk het Fruit
11. Lotus Spiraal
12. Krijger opent de Poort
13. Schutter spant de Boog
14. Verzamel de Chi
15. Focus de Chi
16. Draak buigt zijn Staart
17. Monnik in Meditatie
18. Afsluiten

