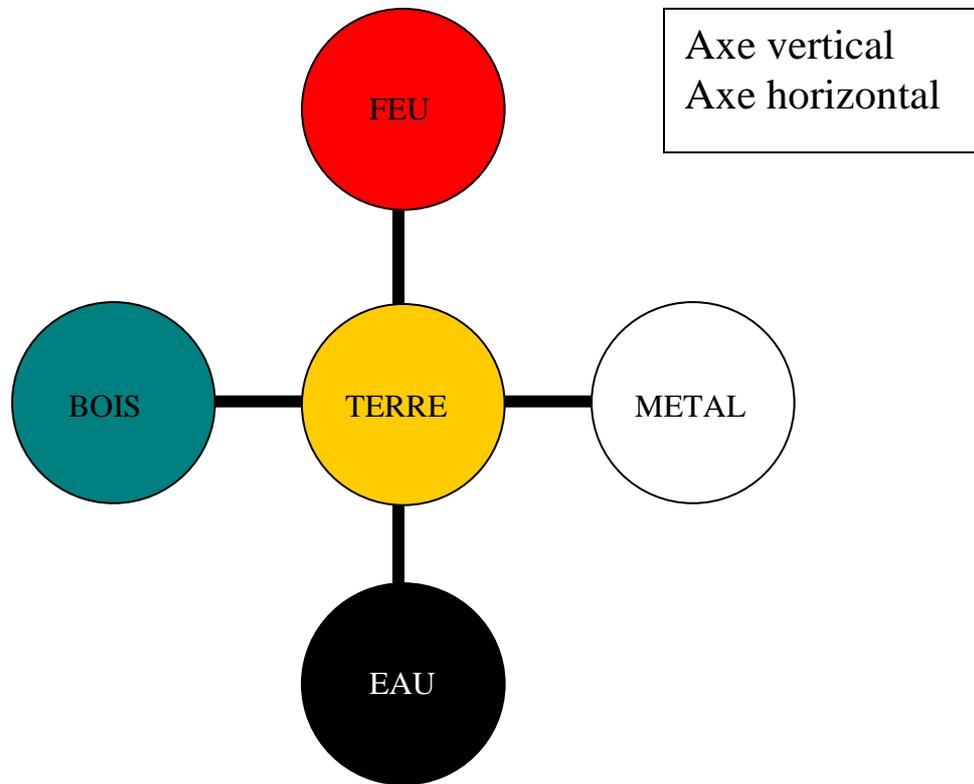


QUALITES DES 5 ELEMENTS DANS LA GESTUELLE



Terre : - Enracinement
- Axe vertical
- Centré

Base qui donne accès aux 4 autres éléments

Métal : - Respiration
- Travail pneumatique
- Précision

Le poumon est le maître de l'énergie

Eau : - Fluidité
- Rondeur
- Ondulation

Bois : - Elasticité musculaire
- Torsion - Etirement
- Regard

Feu : - Conscience dans le geste
- Concentration
- Visualisation

La concentration dirige l'énergie