

Les 9 petits cieux

1	Ciel Axe vertical	Monter le bras droit
2	Terre Axe horizontale	Ouvrir le pied gauche
3	Eau - Lune	Tourner la taille à gauche
4	Feu - Soleil	Tourner la taille à droite
5	Centre	Reculer la jambe droite
6	Montagne	Ramener la jambe droite , la placer un peu à l'écart.
7	Fumée	Poids du corps sur la jambe gauche. Pivoter à droite Révérence !
8	Volcan	Se redresser. Garder le poids du corps sur la jambe gauche.
9	Nuage	Bras droite descend, longe le sol, en montant il ramène la jambe gauche.