



**HYPNOSE**  
**Vendredi 19 juin 2020**



**Renforcer ses défenses immunitaires**

"Face à cette crise sans précédent, je vous propose un atelier en hypnose thérapeutique, qui va permettre de renforcer et de mobiliser toutes vos défenses immunitaires.

Stimuler le fonctionnement et l'efficacité de votre structure immunitaire, rééquilibrer les réglages physiologiques inconscients et enfin retrouver une énergie psychique renforcée.

Afin de respecter les règles barrières, cet atelier sera limité à un maximum de 10 personnes.

Inscriptions : [valerie-richard@hotmail.fr](mailto:valerie-richard@hotmail.fr) - tél : 07.67.48.29.73 - de 19h30 à 21h -  
Tarif: 20€ par personne"

**WUTAO**  
**Samedi 27 Juin de 9h30 à 12h00**



# WUTAO

éveiller l'âme du corps

Le Wutao® est un art corporel contemporain créé par un couple de Français : Imanou Risselard et Pol Charoy. Né de l'alchimie de leurs aspirations et inspirations profondes, le Wutao nous propose d'éveiller l'âme du corps et origine un nouveau courant : l'écologie corporelle qui participe à un changement de paradigme fondé sur l'art du geste et la connaissance de soi.

[wutao.fr](http://wutao.fr)

contact  
06 48 48 84 57



## QI QONG PRATIQUES DE FIN D'ANNÉE

Après ces durs moments à être confiné chacun de notre côté, Nathalie propose à tous ses élèves de qi-gong de venir la retrouver pour une pratique en plein air et clôturer l'année en beauté !!



- Pratique suivi d'un Pique-nique le mardi 30 juin à 12H30 au jardin des Oliviers (derrière le Dojo)
- Pratique à 11h suivi d'un Pique-nique le mercredi 1er juillet soit au jardin des Oliviers soit à la Condamine cela dépendra du nombre de personnes
- Pratique suivi d'un Pique-nique le jeudi 2 juillet à la plage des Bonnettes au Pradet vers 18h

Inscription auprès de Nathalie Vitry par mail  
[dojoespritzen@wanadoo.fr](mailto:dojoespritzen@wanadoo.fr)

## SHIATSU FIESTA DU 14 JUILLET Envie de faire la Fête?



L'Assemblée Générale que nous faisons généralement au mois de Juin est reportée au 18 Sept, vous pouvez d'ores et déjà réserver votre date ! Mais nous ne saurions nous séparer pour la période estivale sans faire une petite fête entre nous pour célébrer la vie et incidemment la Fête Nationale

Rendez-vous chez Nathalie à partir de 19h30 pour partager ensemble un moment festif façon Auberge Espagnole !

Merci d'informer de votre participation par mail avant le 10 juillet 2020 (l'adresse de Nathalie vous sera communiquée en ce moment-là) mail : [senseneveil@wanadoo.fr](mailto:senseneveil@wanadoo.fr)



### Agenda de Juin/Juillet 2020



- Samedi 13 Juin de 9:00 à 12:00 - **Relaxation aux bols tibétains et Rigologie**
- Samedi 20 juin de 09:00 à 12:00 - **Shiatsu Atelier 4** - Pratique avec jusha ou thème à définir
- Samedi 20 Juin de 13:30 à 19:00 et Dimanche 21 Juin de 8:30 à 17:00 - **Shiatsu - Module 1, enchaînements de base ou katas**
- Samedi 27 Juin et Dimanche 28 Juin : **Shiatsu Module 4** - We Introduction avec Thierry Camagie à Marseille
- Samedi 27 Juin de 09:30 à 12:00 **Atelier de Wutao**
- Du jeudi 02 Juillet au Dimanche 5 Juillet de 09:00 à 12:30 et de 13h30 à 16h00 : **Shiatsu** : Module 1 Kata Enchaînements de bases
- Du Vendredi 10 Juillet au Mardi 14 Juillet de 09:00 à 12:30 et de 13h30 à 16h00 : **Shiatsu** : Séminaire du Module 2 au Dojo Esprit Zen
- Samedi 18 Juillet de 10:30 à 12:00 - **Rigologie**