



DOJO ESPRIT ZEN

Édition Aout 2020 n° 186

LES PARENTHÈSES ENCHANTÉES CONTINUENT !!

Tout l'été le **DOJO ESPRIT ZEN** vous propose des ateliers "découverte" qui allient détente et connaissance

LES PARENTHÈSES ENCHANTÉES
8^{ème} édition - Eté 2020

Tout l'été **DOJO ESPRIT ZEN**
vous propose des ateliers "découvertes"
qui allient détente et connaissance

Feng shui - Hypnose
Massage thaïlandais
Ostéopathie énergétique
Qi-gong et Do-in
Réflexologie
Relaxation consciente
Reiki - Shiatsu
Voyages sonores
Wutao - Yoga
Rigologie

Ces ateliers d'initiation ne nécessitent aucune compétence préalable, nos intervenants ont à cœur de vous apporter des méthodes accessibles et ludiques que vous pourrez mettre en pratique pour vous-même et vos proches.

De vraies parenthèses enchantées !

Atelier de 2h sur inscription, 12€, cours limité à 12 personnes
Dates & programme complet sur www.dojo-esprit-zen.fr

Dojo Esprit Zen
Le plein sud Occitanie de tous sens
La Valette du Var
Tel : 07 54 36 36 12

Réservé dès maintenant votre ou vos ateliers au 07 54 36 36 12

Toute l'équipe du Dojo Esprit Zen est heureuse de vous offrir une invitation à utiliser pour un atelier de votre choix*

Pour voir le programme et Téléchargez dès maintenant votre invitation visitez notre site : www.dojo-esprit-zen.com

****(Invitation valable une seule fois par personne)***

Soins Individuels

Au cours de ces trois dernières années, nos prix sont restés stables, mais, pour faire suite à des charges supplémentaires nous sommes dans l'obligation de revoir à la hausse le tarif de nos soins individuels.

Nous tenons à vous informer qu'à compter du

1er septembre 2020, le tarif horaire passera à **60€**.

(Remise de 5€ pour les adhérents de l'Association Sens en Eveil.)

Nous vous remercions pour votre compréhension. Le Dojo Esprit Zen



BIENTÔT LES PORTES OUVERTES !!

Les 12 et 13 Septembre 2020

Profitez de l'occasion des deux journées **Portes Ouvertes** où le Dojo vous invite à vous immerger dans son ambiance chaleureuse. Véritable espace dédié à **l'apprentissage et la pratique du bien-être** et de la compréhension de soi, le Dojo vous a concocté un programme complet pour **découvrir les pratiques enseignées** tout au long de l'année pour le plaisir de s'occuper de soi et de nourrir sa curiosité.

L'entrée est libre. Vous pourrez même recevoir un **soin de shiatsu gratuitement.** Les élèves de l'école professionnelle en Shiatsu, Sens en Eveil se mettent à votre service pour vous faire profiter des bienfaits immédiats de cette technique orientale. **Pensez à réserver** auprès de Magali (06 58 24 49 84).



Dojo Esprit Zen

12 et 13 septembre 2020

JOURNÉES PORTES OUVERTES

Venez découvrir les pratiques enseignées toute l'année

Samedi 12 septembre

- 9h : Méditation Bouddhiste
- 10h : Feng shui
- 11h : Reiki
- 14h : Accueil
- 15h : Massage traditionnel Thaïlandais
- 16h : Hypnose
- 17h : Wutao
- 18h : Rigologie

Démonstrations
Ateliers découverte
Soins Shiatsu offerts (sur RDV)
Tél : 06 58 24 49 84

Dimanche 13 septembre

- 10h : Relaxation consciente
- 11h : Qi-Qong
- 14h : Accueil
- 15h : Yoga enfants
- 16h : Yoga adultes
- 17h : Shiatsu
- 18h : Voyages sonores



Entrée Libre

Le Dojo Esprit Zen vous propose des cours collectifs, des formations professionnelles complètes et des soins individuels.

 **Dojo Esprit Zen**
Le plein sud Chemin de Terre Rouge-La Valette du Var
WWW.DOJO-ESPRIT-ZEN.FR



Agenda de Aout 2020

Agenda Parenthèses Enchantées par date

16/08/20 Relaxation consciente **10h à 12h**

18/08/20 Hypnose (Ericksonienne) **18h à 20h**

19/08/20 Wutao **18h à 20h**

21/08/20 Reiki **18h à 20h**

25/08/20 Voyages sonores **18h à 20h**

28/08/20 Reiki **18h à 20h**

29/08/20 Massage Traditionnel Thaïlandais **10h à 12h**

31/08/20 Hypnose (Ericksonienne) **18h à 20h**

01/09/20 Ostéopathie énergétique et cohérence cardiaque **18h à 20h**

02/09/20 Yoga enfants (8 à 12 ans) **18h à 19h**

02/09/20 Yoga parents/enfants (5 à 8 ans) **19h à 20h**

03/09/20 Yoga adulte **18h à 20h**

04/09/20 Réflexologie **18h à 20h**

07/09/20 Hypnose (Ericksonienne) **18h à 20h**

08/09/20 Shiatsu **18h à 20h**

10/09/20 Qi-gong et Do-in **18h à 20h**

Mais aussi !

05/09/20 Festival des Association de La Valette du Var au Parc des Sport Vallis Laeta

05/09/20 Évaluation 1ère Année de **9h à 13h**

06/09/20 Évaluation 2ème Année de **9h à 17h**

12/09/20 Portes ouvertes de **9h à 19h**

13/09/20 Portes ouvertes de **10h à 19h**

18/09/20 L'Assemblée Générale à **18h30**

Vous pouvez trouver toutes les informations et le nouveau planning de vos cours et formations :

www.dojo-esprit-zen.com