



DOJO ESPRIT ZEN

Édition Août 2023 n° 232

PARENTHÈSES ENCHANTÉES

Les ateliers de la semaine prochaine

Les parenthèses enchantées - Été 2023

ATELIERS «DÉCOUVERTE»
Hypnogest 'art-méditations
au Dojo Esprit Zen à La Valette

Pratiques gestuelles et respiratoires de l'hypnose non verbale et
méditations conjuguées pour rencontrer sa vraie nature
Dates : 24/7 - 17/8 - 6/9
Réservation : Christian Charles 06 14 46 27 96

Atelier de 2h sur inscription, 12€
www.dojo-esprit-zen.fr

Toute l'équipe du DOJO ESPRIT ZEN
est heureuse de vous offrir
une invitation gratuite
par personne pour l'été



Hypnogest 'art-méditations : Pratiques gestuelles et respiratoires de l'hypnose non verbale et méditations conjuguées pour rencontrer sa vraie nature le 17/8
Christian Charles : 06 14 46 27 96

Pour vous inscrire :

- 1- Choisissez les activités que vous souhaitez découvrir
- 2- Réserver votre date auprès de chaque intervenant.
- 3- Valider votre inscription :

- Par courrier : si vous en avez une, remplissez votre invitation avec l'atelier choisi et joignez un chèque pour les ateliers suivants (à l'ordre de sens en éveil), en notant au dos le nom et la date des ateliers auxquels vous participez - Envoyez le tout à : Dojo Esprit Zen - 766 chemin de terre rouge - 83160 La Valette du Var
- Dans la boîte aux lettres : celle-ci se situe à l'arrière du bâtiment

Les ateliers à venir

Août

- 22/8 Grossesse & shiatsu
 - 23/8 Wutao
 - 24/8 Reiki
 - 28/8 Yoga
- 29/8 Méditation de Pleine Conscience
 - 31/8 Danse - Thérapie

Septembre

- 1/9 Entraînement à la gestion du stress
 - 4/9 Qi-gong et Do-in
 - 5/9 Shiatsu
- 6/9 Hypnogest 'Art-Méditations
 - 7/9 Grossesse & shiatsu

Pour plus d'informations, rendez-vous sur notre site : [ICI](#)