



DOJO ESPRIT ZEN

Édition Août 2023 n° 233

PARENTHÈSES ENCHANTÉES

Les ateliers de la semaine prochaine

Les parenthèses enchantées - Été 2023

ATELIERS «DÉCOUVERTE»
Grossesse & shiatsu
au Dojo Esprit Zen à La Valette

Découvrir les techniques de massage et les points Shiatsu que le partenaire peut pratiquer pendant le 3^{ème} trimestre et lors de l'accouchement - Atelier en couple
Dates : 20/7 - 22/8 - 7/9
Réservation : Sandrine Jacquel 06 28 28 68 63



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



Grossesse & shiatsu : Découvrir les techniques de massage et les points Shiatsu que le partenaire peut pratiquer pendant le 3^{ème} trimestre et lors de l'accouchement - Atelier en couple le 22/8
Sandrine Jacquel : 06 28 28 68 63

Les parenthèses enchantées - Été 2023

ATELIERS «DÉCOUVERTE»
Wutao
au Dojo Esprit Zen à La Valette

Mouvement ondulatoire de la colonne vertébrale associé au souffle
Dates : 17/7 - 7/8 - 23/8
Réservation : Virgnie Brasset 06 48 48 84 57



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



Wutao : Mouvement ondulatoire de la colonne vertébrale associé au souffle le 23/8
Virginie Brasset : 06 48 48 84 57

Les parenthèses enchantées - Été 2023

ATELIERS «DÉCOUVERTE»
Reiki
au Dojo Esprit Zen à La Valette

Pratique de soins énergétiques.
Présentation de l'Energie Universelle de Vie : origine, transmission, et recevoir un soin
Dates : 19/7 - 2/8 - 24/8
Réservation : Liliane Deloues 06 62 40 46 78



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



Reiki : Pratique de soins énergétiques. Présentation de l'Energie Universelle de Vie: origine, transmission, et recevoir un soin le 24/8
Liliane Deloues : 06 62 40 46 78

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

- 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](#)