



DOJO ESPRIT ZEN

Édition Octobre 2023 n° 239

Une nouvelle activité au Dojo !

Le TAO de la Vitalité

Les lundis de 14h15 à 15h45 avec Liliane DELOUES

né de la voie millénaire du Taoïsme selon l'enseignement de Mantak CHIA



Une introduction à la bioénergie taoïste, et aux principes des forces dynamiques du Yin et du Yang à travers les 5 éléments de la nature.

Des pratiques simples pour éveiller et faire circuler l'énergie curative du Tao.

Séance d'essai offerte

Inscription et renseignements : liliandedeloues@gmail.com – 06 62 40 46 78

Tarifs : 40€ par mois ou 11€ la séance

Venez vous initier au shiatsu, le temps d'un week-end!

Samedi 7 Octobre de 13h à 19h30 et dimanche 8 Octobre de 9h à 16h

Vous êtes passionné de culture japonaise et fasciné par l'énergétique chinoise ?

Le shiatsu est à la convergence des 2. Ce week-end vous offre l'opportunité de prendre soin de vous-même et des autres à travers cette technique ancestrale.



INITIATION AU SHIATSU

7-8 Octobre 2023

Pratique sur les méridiens d'acupuncture à partir des outils de l'énergétique traditionnelle chinoise

144 €

+06 14 59 75 57 www.shiatsu-var.com

Grâce au do-in, aux étirements de méridiens, le qi gong et le shiatsu, vous développerez votre perception de l'énergie et comment la faire circuler harmonieusement.

Avec un maximum de 12 participants, vous pourrez pratiquer à partir de l'observation directe de l'enseignant et être réajusté en temps réel par ce dernier.

Ce cours de base s'adresse à tout public et vous permettra de dispenser un shiatsu familial de qualité à votre famille et vos proches.

Si à l'issue de cette période, vous souhaitez approfondir votre expérience, vous aurez la possibilité d'intégrer nos formations.

Praticien bien-être et relaxation Programme de formation [ici](#)

Praticien Shiatsu des méridiens Programme de formation [ici](#)

Energéticien expert en Shiatsu Programme de formation [ici](#)

Retrouvez plus d'informations sur notre site [shiatsu-var](http://shiatsu-var.com)

Tarif pour les 2 journées : 144 €

Contact : Nathalie VITRY 06 14 59 75 57 ou senseneveil83@gmail.com