



## LES PARENTHÈSES ENCHANTÉES

**Juillet - Août - Septembre**

De nombreux curieux et amateurs de zen ont participé ce mois de juillet à notre 6<sup>ème</sup> édition des Parenthèses enchantées ! À votre tour venez découvrir nos différents ateliers !

N'oubliez pas de réserver.

Participation 12€ (12 places maximum par atelier).

Inscription au : ☎ 06 70 43 79 53



## LES PARENTHÈSES ENCHANTÉES

6<sup>ème</sup> édition - Eté 2018

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

Shiatsu

Yoga

Qi-gong et Do-in

Naturopathie

Reiki - Rigologie

Réflexologie

Harmonisation

Astrologie Karmique

Sophrologie

Drainage lymphatique

Massage thaïlandais

Ostéopathie énergétique et cohérence cardiaque - Hypnose

Développement personnel - Mouvements conscients

Relaxation bols tibétains - Réflexologie



Ces ateliers d'initiation ne nécessitent aucune compétence préalable, nos intervenants ont à coeur 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](http://www.dojo-esprit-zen.fr)

*Dojo Esprit Zen*  
Le plein sud Chemin de terre rouge  
La Valette du Var  
Tel : 06 70 43 79 53



## Agenda août 2018



**Mercredi 1er août** de 18h à 20h : **Drainage lymphatique** - Pressions douces et spiralées pour restaurer la circulation des canaux lymphatiques

**Mercredi 1er août** de 8h à 10h : **Qi Gong et Do In à la plage** - Méditation, étirements, auto-massage et exercices taoïstes de longévité

**Vendredi 3 août** de 18h à 20h : **Reiki** - Technique de guérison énergétique

**Lundi 6 août** de 18h à 20h : **Ostéopathie Energétique et cohérence cardiaque**

**Mardi 7 août** de 18h à 20h : **Qi Gong** - Méditation, étirements, auto-massage et exercices taoïstes de longévité

**Mercredi 8 août** de 8h à 10h : **Qi Gong et Do In à la plage** - Méditation, étirements, auto-massage et exercices taoïstes de longévité

**Mercredi 8 août** de 18h à 20h : **Shiatsu** - Pressions sur les points d'acupuncture et mobilisations des méridiens pour faire circuler le ki

**Jeudi 9 août** de 18h à 20h : **Sophrologie** - Relaxation, respiration et visualisation en vue de mobiliser nos ressources afin de rééquilibrer nos émotions et nos comportements.

**Samedi 18 août** de 10h à 12h : **Massage Traditionnel Thaïlandais**

**Lundi 20 août** de 18h à 20h : **Ostéopathie Energétique et cohérence cardiaque**

**Mercredi 22 août** de 18h à 20h : **Astrologie Karmique** - Retrouver son objectif de vie dans cette incarnation grâce aux étoiles de sa naissance

**Jeudi 23 août** de 18h à 20h : **Développement personnel** - Enseignements, outils et exercices pour mettre en place un processus de transformation de soi et devenir qui nous sommes vraiment.

**Vendredi 24 août** de 18h à 20h : **Réflexologie Plantaire**

**Lundi 27 août** de 18h à 20h : **Harmonisation**

**Mardi 28 août** de 18h à 20h : **Hypnose Ericksonienne**

**Jeudi 30 août** de 18h à 20h : **Naturopathie**

**Vendredi 31 août** de 18h à 20h : **Reiki** - Technique de guérison énergétique

**Dojo Esprit Zen**, chemin de terre rouge, Imm. Le Plein Sud, 83160 La Valette du Var [www.dojo-esprit-zen.fr](http://www.dojo-esprit-zen.fr) - [dojoespritzen@wanadoo.fr](mailto:dojoespritzen@wanadoo.fr) - 06 14 59 75 57