



## PRATIQUE ENTRE ÉLÈVES

Dimanche 03 février 2019 de 9h à 12h



Jean-Jacques VEUX, spécialiste en shiatsu, Président de l'Association SENS EN EVEIL et certifié IOKAI SHIATSU, propose à tous les adhérents de cours de Shiatsu ayant déjà effectués au moins un cursus complet de Module 2 " Étude des méridiens", de se retrouver le Dimanche 03 février au Dojo Eprit Zen afin d'échanger sur la pratique, partager nos difficultés et réviser certaines pratiques.

Il ne s'agit en aucun cas d'un cours, mais d'un échange entre praticiens.

Atelier gratuit, inscrivez-vous auprès de : Magali 06 58 24 49 84  
courriel : : [mag.espritzen@sfr.fr](mailto:mag.espritzen@sfr.fr)

## IOKAI SHIATSU - Cycle d' Apprentissage à Partir de Février 2019



### Devenez Spécialiste en Shiatsu !

Une nouvelle session de formation shiatsu a lieu au sein de votre Dojo Esprit Zen ! Depuis plus de 20 ans maintenant, le shiatsu est reconnu par la commission européenne comme l'une des 8 méthodes de médecine complémentaire efficace.

En 2015, c'est la profession de « Spécialiste en Shiatsu » qui est enfin reconnue en France (titre de niveau 3 (bac + 2)

Avec le rythme de vie contemporain, la demande en traitements manuels est de plus en plus forte ; il ne s'agit pas simplement de détente et relaxation mais véritablement d'une technique de rééquilibrage énergétique qui agit sur la santé globale.

La formation se déroule sur 3 ans et demi, elle est accessible aussi bien aux personnes désireuses d'en faire leur métier qu'à celles qui s'inscrivent dans une pratique de loisir et de partage. Les cours se déroulent le soir, les week-end ou en semaine. Un cycle d'apprentissage démarre en février 2019, c'est dont le moment ou jamais !

Réservation et inscription auprès de Nathalie VITRY 06 14 59 75 57 - [dojoespritzen@gmail.com](mailto:dojoespritzen@gmail.com)

## LE JEU DU DRAGON ESPIÈGLE

Dimanche 20 janvier 2019 de 15h à 17h



### Découvrir l'Astrologie Karmique en Jouant, Yes you can !

L'astrologie vous intéresse mais cela vous paraît compliqué, tous ces signes et planètes, ces symboles vous semblent obscurs, et puis, vous n'avez pas vraiment le temps de vous y mettre.

Je dois admettre que l'expérience que j'ai acquise durant mes nombreuses années de pratique confirme cette première impression. Voilà pourquoi j'ai voulu créer un jeu qui permette de découvrir ce que disent les étoiles juste en tirant cinq cartes.

La première, vous dira la vie antérieure qui vous donne vos atouts aujourd'hui,

La seconde vous révélera votre objectif karmique dans cette incarnation,

La troisième précisera de quelle manière vous allez le poursuivre,

La quatrième dévoilera la personnalité que vous avez choisie pour vous aider dans cette voie,

La cinquième indiquera les moyens que vous offre le Soleil en complément.

Et c'est ainsi que vous aurez réalisé la lecture de l'Axe du Dragon et réussi votre premier pas dans l'astrologie karmique !

Le tirage des cartes s'appuie sur la carte du ciel, pour cette séance, il suffira que vous me communiquiez les coordonnées astrales (date, lieu et heure de naissance) des personnes qui vous intéressent. J'imprimerai ces cartes, le Dragon Espiègle vous conduira vers la découverte.

Je vous attends le dimanche 20 janvier 2019 de 15h à 17h, vous repartirez en connaissant les règles et avec la version électronique du Dragon Espiègle pour jouer chez vous.

Tarif 30 € par personne Réservation auprès de **Viviane GAD 06 10 82 30 62** - [lirelesetoiles@orange.fr](mailto:lirelesetoiles@orange.fr)

## STAGE ET ATELIER DE WUTAO

Stage le Samedi 02 février de 9h30 à 17h00 - Atelier le Samedi 16 février de 9h30 à 12h30

ATELIERS & STAGES  
WUTAO 2018/2019  
et l'âme du corps s'éveille...

Marseille - Centre IO  
77, cours Pierre Puget  
Ateliers : samedis 19 janv.  
20 avril & 11 mai

La Valette du Var - Dojo Esprit Zen  
Le plein sud - Chemin de terre rouge  
Ateliers : samedis 24 nov.  
8 déc. 2018 - 16 fév. - 23 mars & 27 avril  
Stages : samedis 2 fév. & 19 juin

Pratiquer l'écologie corporelle

Le wutao  
enracine  
sa pratique dans  
des mouvements  
ondulants et spirales  
pour harmoniser avec  
le mouvement de vie et  
réinsuffler à sa gestuelle  
sa dynamique naturelle  
aidée du souffle.

Virginie BRASSET  
Professeure certifiée  
Tél. : 06 48 48 84 57  
virginiebrasset21@orange.fr  
www.wutao.fr

**Stage le Samedi 02 février de 9h30 à 17h00** (proposition de pique-nique à partager pendant la pause déjeuner)

Une journée pour réveiller ou éveiller l'onde, cheminer dans les 6 premiers mouvements fondamentaux du wutao, debout, assis pour aller au sol retrouver ou ressentir sa sensorialité.

Participation : 80€

**Atelier le Samedi 16 février de 9h30 à 12h30**

Une matinée pour éveiller son onde et danser 2 des 4 mouvements préparatoires afin de découvrir les différentes mobilités de sa colonne vertébrale et voyager grâce à son Souffle !

Participation : 40€

Le wutao est un art corporel contemporain, créé par Imanou Risselard et Pol Charoy en 2000 issu de leurs aspirations pour la connaissance de Soi et l'écologie corporelle. En éveillant Le mouvement primordial de notre colonne vertébrale et en libérant

notre respiration, nous entrons dans la danse du souffle qui nous anime et au sentiment du geste qui nous touche et nous éveille profondément.

Stage et atelier animés par Virginie Brassset, professeure certifiée de Wutao, en initiation « formatrice » de Wutao.

Inscriptions : 06.48.48.84.57 courriel : [virginiebrasset21@orange.fr](mailto:virginiebrasset21@orange.fr) [www.wutao.fr](http://www.wutao.fr)

## Agenda de janvier 2018

- Mercredi 15 Janvier de 14:00 à 12:00 - **Mouvements Conscients** - Pour les enfants de 6 à 11 ans
- Vendredi 18 Janvier de 09:00 à 12:30 et de 13h30 à 16h30 **Formation de Shiatsu** - Eude des Méridiens  
Module 2 - Intestin Grêle
- Vendredi 18 Janvier de 19:30 à 21:00 – **Rigologie**
- Dimanche 20 Janvier de 15:00 à 17:00 – **Le Jeu du Dragon Espiègle**
- Mercredi 23 Janvier de 15:15 à 16:15 – **Yoga Enfant** - (8/11 ans)
- Mercredi 23 Janvier de 16:30 à 17:30 – **Yoga Parent / Enfant** - (5/8 ans)
- Vendredi 25 Janvier de 18:15 à 19:15 – **Sophrologie**
- Vendredi 25 Janvier de 19:30 à 21:00 – **Hypnose** - Le comportement alimentaire
- Samedi 26 Janvier de 9h à 12h00 – **Atelier de Shiatsu M3** - Les 8 principes + Étude de cas
- Samedi 26 Janvier de 13:30 à 19:00 **et** Dimanche 27 Janvier de 8:30 à 17:00 – **Shiatsu** - Étude des méridiens  
Module 2 - Vessie / Rein-
- Vendredi 01 Février de 09:00 à 12:30 et de 13h30 à 16h30 – **Formation de Shiatsu** - Étude des Méridiens  
Module 2 - Vessie
- Vendredi 01 Février de 18:00 à 19:00 – **Relaxation aux Bols Tibétains**
- Samedi 02 Février de 9:30 à 17:00 – **Stage de Wutao**
- Dimanche 03 Février de 9:30 à 17:00 – **l'Astrologie Karmique** - Le jeu du dragon espiègle

**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