



BOUDDHISME TIBÉTAIN - Mercredi 22 Mai 2019 de 19h30 à 21h30 Enseignement



Par le Lama KUNKYAB DORJE

La Gestion des Émotions Perturbatrices : La Haine-aversion, la colère...

Les émotions, comme la haine-aversion ou la colère, sont source de souffrance pour nous et pour autrui. Lama Kunkhyab Dorjé, en s'appuyant sur l'enseignement du Bouddha, nous proposera des méthodes pour reprendre le contrôle de nos émotions et nous libérer de leur emprise
Participation de 10 euros (7€ pour les tarifs réduits).

Réservation obligatoire au 06 25 36 63 04 ou par email : ktt.toulonhyeres@free.fr

Renseignements :

Michèle : 06 25 36 63 04 / Bernard : 06 19 13 55 36 / Marie-Claude 06 09 57 13 69



JOURNÉES NATIONALES DE SHIATSU 2019

Plusieurs collectivités ont ouvert leurs portes aux apprentis spécialistes en shiatsu de l'école SENS EN EVEIL au Dojo Esprit Zen.

L'Hôpital Sainte Musse, la M.I.I.S de la Garde ainsi que le Club de Boxe Anglaise, l'A.N.P.A.A de Toulon mais aussi au Dojo lui-même.

Hôpital Sainte Musse :

« J'ai eu beaucoup de plaisir à organiser cette après-midi du 21 mars pour les JNS, la feuille d'inscription a été remplie en moins d'une journée" . Juliette



A la **Maison Insertion Sociale**, les praticiens ont accueilli pour deux jours, un public peu sensibilisé par l'écoute du corps et l'accès aux soins par la détente. Le soir de ces 2 journées au **CLUB de Boxe Anglaise**, les praticiens ont pu observer la posture de boxe anglaise et adapter les soins en conséquence.

« En tant que praticienne, ces journées m'ont permis de me révéler encore un peu plus, la conduite de séances différentes, le choix d'axe de conversation conseils et prévention, la capacité d'adaptation face à des publics socialement et culturellement différents, des environnements divers. Je trouve ces journées riches humainement et j'aime le chemin sur lequel je me trouve" Vanessa



A L'A.N.P.A.A :

« Pratiquer le shiatsu en dehors du dojo, sur des personnes que l'on ne connaît pas, donne une autre dimension à la pratique. La relation de confiance qui s'établit entre le donneur et le receveur donne encore plus d'ampleur au soin.

Ce fut un pur moment de bonheur, en plus d'être extrêmement formateur. A renouveler dès que possible, sans hésitations ! "Christel

Dojo Esprit Zen

« Moi je trouve toujours cela intéressant d'avoir à faire un diagnostic en si peu de temps et devoir aller à l'essentiel..." Christiane

Encore **UN GRAND MERCI** à tous les apprentis spécialistes en shiatsu et rendez-vous l'année prochaine !



Stage Intensif M1 du 14 au 20 Juillet 2019

Le stage Résidentiel Annuel M1, approche !

KAZUNORI SASAKI Sensei, Président de European Iokai Shiatsu Association

Le Iokai Shiatsu est né de la recherche sur les enseignements des anciens et trouve son expression dans leur connexion avec le Ki (souffle, énergie), circulant dans les méridiens (ou canaux énergétiques) qui parcourt le corps. Nous utilisons le Do-In-Ankyo, conduite du Ki dans tout le corps par des pressions, comme méthode de traitement des méridiens

Programme du Stage :

- Do-In, Ki Ko, exercices matinaux
- Théorie de base de "l'ancienne approche Orientale"
- Approche pratique du Shiatsu de base (niveau 1)

Ce stage est ouvert à tous les stagiaires, du débutant au pratiquant des niveaux supérieurs.

Stage résidentiel, coût pédagogique : 440€ (hors frais d'hébergement à régler sur place) .

Lieu du stage : LE HAMEAU DE L'ÉTOILE - Route de Frouzet 34380 St Martin de Londres

Renseignement auprès de : Thierry Camagie,

Courriel : shiatsu.iokai@wanadoo.fr

Tél : 04 91 33 52 75



Agenda de Mai 2019



Agenda de Mai 2019

- Mercredi 15 Mai de 14:00 à 15:00 -Yoga - Préparation aux examens
- Mercredi 15 Mai de 15:15 à 16:15 - Yoga Enfant - (8/12 ans)
- Mercredi 15 Mai de 16:30 à 17:30 - Yoga Parent - Enfant - (5/8 ans)
- Vendredi 17 Mai de 19:30 à 21:00 - Hypnose - "obtenir la vie que l'on désire"... réaliser nos objectifs de vie...
- Samedi 18 Mai de 10:00 à 11:00 -Relaxation aux bols tibétains-

- Mercredi 22 Mai - Somatopathie ou Ostéopathie Énergétique - Rendez-vous auprès de Laurence Roche Tél : 06 30 36 21 32 ou par courriel : rochemorgue@gmail.com
- Mercredi 22 Mai de 14:00 à 15:00 -Yoga - Préparation aux examens
- Mercredi 22 Mai de 19:30 à 21:30 -Bouddhisme Tibétain- Gestion des émotions perturbatrices
- Vendredi 24 Mai de 19:30 à 21:00 - Rigologie

- Mercredi 29 Mai de 14:00 à 15:00 -Yoga - Préparation aux examens
- Samedi 01 Juin de 09:00 à 12:00 - Shiatsu- Examen Module 2
- Samedi 02 Juin de 13:30 à 19:00 et dimanche 03 Juin de 8:30 à 17:00 - Shiatsu-Kata Enchaînements de bases Module 1

- Vendredi 07 Juin de 19:30 à 21:00 - Rigologie

Dojo Esprit Zen, chemin de terre rouge, Imm. Le Plein Sud, 83160 La Valette du Var
www.dojo-esprit-zen.fr - dojoespritzen@wanadoo.fr - 06 14 59 75 57