



# DOJO ESPRIT ZEN

Édition Novembre 2025 n° 335

## Les Filles de Jade : Dynamisme et Grâce au Féminin



Plongez dans l'art du Qi Gong avec le stage "Les Filles de Jade"

Durant 2 jours, vous apprendrez des pratiques à la fois fluides et puissantes, pour renforcer votre énergie .

**Cliquez pour découvrir un mouvement de rééquilibrage de vos hormones :**

**Plus d'informations :** <https://dojo-esprit-zen.fr/stage-de-qigong>

**Date et horaires :** Les vendredis 14 et 21 novembre, de 9h à 16h

**Renseignements et inscription :** Nathalie 06 14 59 75 57 ou [senseneveil83@gmail.com](mailto:senseneveil83@gmail.com)

**Tarifs :** adhérents 156 € / non-adhérents 176 €

## Week-end de formation Shiatsu

**Apprendre à donner... et à recevoir**



Le Shiatsu n'est pas seulement une technique : c'est une rencontre.

Lors de ce week-end de pratique, vous alternerez entre le rôle de praticien et celui de receveur, pour explorer ce double mouvement essentiel.

**Découvrir la technique en vidéo :**

**Plus d'informations :** <https://dojo-esprit-zen.fr/shiatsu-familial>

**Date et horaires :** Le samedi 15 novembre de 13h à 19h30 et le dimanche 16 novembre de 9h à 16h

**Renseignements et inscription :** Nathalie 06 14 59 75 57 ou [senseneveil83@gmail.com](mailto:senseneveil83@gmail.com)

**Tarifs :** adhérents 156 € / non-adhérents 176 €

## Calendrier week-end du 14 au 16 novembre 2025

### Vendredi 14 novembre



#### **De 9h à 16h : Stage de Qi Gong "Les filles de Jade"**

deux journées dédiées à réveiller votre dynamisme, cultiver la grâce du mouvement et exprimer pleinement votre féminin.

**Infos :** Nathalie 06 14 59 75 57 ou senseneveil83@gmail.com / **Tarif :** Voir article ci-dessus

☞ Plus d'informations : <https://dojo-esprit-zen.fr/stage-de-qigong>



#### **De 18h à 21h : Les points Shu "Formation post-graduate"**

utiliser à bon escient les points Shu Antiques dans la pratique du shiatsu

**Infos :** Nathalie 06 14 59 75 57 ou senseneveil83@gmail.com / **Tarif :** 39 euros

☞ Plus d'informations : [Ici](#)

### Samedi 15 Novembre

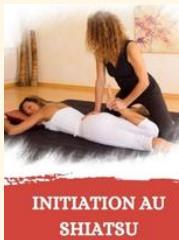


#### **De 9h30 à 12h : Formation shiatsu "Atelier de pratique"**

Effectuer un shiatsu complet découlant du profil énergétique du Receveur (jusha)

**Infos :** Nathalie 06 14 59 75 57 ou senseneveil83@gmail.com

☞ Plus d'informations : <https://dojo-esprit-zen.fr/formation-shiatsu>



#### **De 13h à 19h30 : Formation shiatsu "Week-end katas"**

Les bienfaits du shiatsu ☞

Donner avec présence. Recevoir avec confiance.

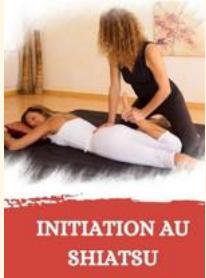
**Infos** : Nathalie 06 14 59 75 57 ou [senseneveil83@gmail.com](mailto:senseneveil83@gmail.com) / **Tarif** : Voir article ci-dessus

☞ Plus d'informations : <https://dojo-esprit-zen.fr/formation-shiatsu>

---

## Dimanche 16 novembre

---



### De 9h à 16h : Formation shiatsu "Week-end katas"

Les bienfaits du shiatsu ☞ [f](#) [i](#)

Donner avec présence. Recevoir avec confiance.

**Infos** : Nathalie 06 14 59 75 57 ou [senseneveil83@gmail.com](mailto:senseneveil83@gmail.com) / **Tarif** : Voir article ci-dessus

☞ Plus d'informations : <https://dojo-esprit-zen.fr/formation-shiatsu>



### De 16h30 à 20h30 : Constellations familiales

"Ensemble et en confiance, les mêmes personnes se retrouvent pour explorer et libérer leur système familial et professionnel"

Mettez en lumière et dénouez les noeuds de votre histoire familiale, redonnez à chacun sa place et incarnez la vôtre sans fardeau.

**Infos** : Sophie 06 17 47 15 90 ou [sophiecarniaux@gmail.com](mailto:sophiecarniaux@gmail.com) / **Tarif** : Consteller : 70 € /  
Représenter : 40 €

☞ Plus d'informations : <https://dojo-esprit-zen.fr/constellations-familiales>