



DOJO ESPRIT ZEN

Édition Décembre 2025 n° 341

DERNIÈRE LIGNE DROITE POUR LES CADEAUX / J-9 ! 🎁

À court d'idées ?



Et si cette année...
vous offriez ce qui compte vraiment ?
du savoir-faire et du savoir-être ?

Moins de 50 € / Insolite

- Atelier énergétique de moxabustion

Une technique simple et efficace pour libérer les stagnations liées au froid

La moxabustion, qu'est-ce que c'est ? ➡  

Date et horaires : le 6 février 17h30 à 20h30

Tarif : Adhérent : 39 € / Non-adhérent : 49 €

Plus d'infos : <https://dojo-esprit-zen.fr/ateliers-thematiques>

Moins de 100 € / Idées bien-être

- Séance d'1h soins individuel de shiatsu

Un soin sur mesure pour aligner vos énergies

Tarif : 60 €

Plus d'infos : <https://dojo-esprit-zen.fr/cheque-cadeau>

- Découverte « tao des saisons » élément bois

Se reconnecter profondément à la Nature

Date et horaires : les vendredis 6/02 et 13/03 de 9h30 à 12h30 ou le samedi 7/03 de 13h à 19h30

Tarif : Adhérent : 70 € / Non-adhérent : 80 €

Plus d'infos : <https://dojo-esprit-zen.fr/tao-des-saisons>

On vous explique le Tao des saisons :

Épisode 1 ➡  

Épisode 2 ➡  

Épisode 3 ➡  

Épisode 4 ➡  

Moins de 120 € / L'expérience durable

- Cours hebdomadaires qi gong « Bagua des 5 éléments »

Un qi gong yang, dynamique et puissant

Date et horaires : le jeudi de 10h45 à 12h du 15/01 au 09/04/2026

Tarif : Adhérent : 108 €

Plus d'infos : <https://dojo-esprit-zen.fr/stage-de-qi-gong>

Moins de 450 € / Les voyages d'exception

- Tao des 3 trésors

Une véritable immersion dans l'Alchimie Taoïste

Date et horaires : Sur 3 week-ends

7/8 février - 28/29 mars - 11/12 avril

Le samedi de 13h à 19h30 et le dimanche de 9h à 16h

Tarif : Adhérent : 432 € / Non-adhérent : 452 €

Plus d'infos : <https://dojo-esprit-zen.fr/tao-des-3-tresors>

Et si tu avais en toi 3 trésors qui changent tout   

Pour réserver vos cadeaux ou pour plus d'informations :

Thalie 06 14 57 59 75 ou senseneveil83@gmail.com