



# 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](mailto:senseneveil83@gmail.com)