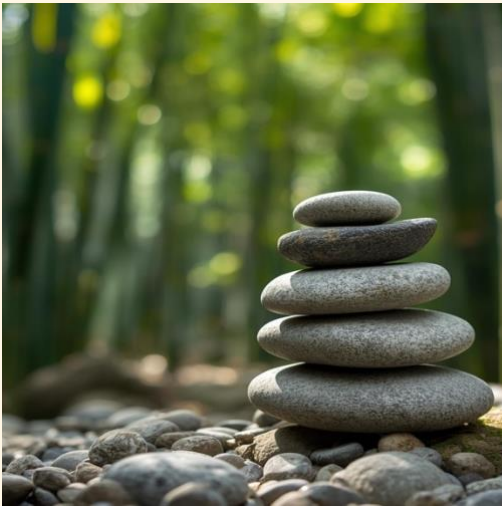




Après l'élan du printemps, la nature nous invite à une pause...



L'intersaison, associée à l'élément Terre dans le Tao des saisons, est un moment précieux pour se recentrer, digérer ce qui a été semé et retrouver l'équilibre avant l'énergie expansive de l'été.


C'est une période idéale pour se poser, écouter son corps et nourrir sa stabilité intérieure.

Lancez la visualisation guidée   

Retrouvez ci-dessous toutes les informations pour participer à notre prochaine session de **Tao des saisons dédiée à l'élément Terre**.

À travers des pratiques douces et conscientes, cet atelier vous accompagne pour retrouver ancrage, harmonie et clarté.

 **Prochaine session -Tao des saisons : Intersaison / Terre**

 **Vendredis 17 et 24 avril 2026**


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

Renseignements et inscription : Thalie 06 14 59 75 57 / senseneveil83@gmail.com

Tarifs pour les 2 ½ journées :

Adhérents : 70 €

Non-adhérents : 80 €

Une belle parenthèse pour prendre soin de vous, entre deux saisons. 

Calendrier week-end du 11 et 12 avril 2026

Samedi 11 avril



De 9h à 11h : Antigym

"Quand vous explorez les creux de votre corps..."

Une invitation à découvrir et habiter votre corps par des mouvements subtils, précis et amusants.

Infos : Monique 06 07 72 50 62 ou moniquenait3@gmail.com / **Tarif :** 35 euros

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



De 13h à 19h30 : Tao des 3 trésors (week-end 3/3)

"Éveiller et stabiliser la clarté de l'esprit (Shen)"

Avec l'alchimie taoïste, comment raffiner son potentiel d'énergie (Jing), le transformer en force vitale (Qi) et la transmuter en clarté de l'Esprit (Shen).

Infos : Thalie 06 14 59 75 57 ou senseneveil83@gmail.com / **Tarif :** 432 euros les 3 week-end

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

Dimanche 12 avril



De 9h à 16h : Tao des 3 trésors (week-end 3/3)

"Éveiller et stabiliser la clarté de l'esprit (Shen)"

Avec l'alchimie taoïste, comment raffiner son potentiel d'énergie (Jing), le transformer en force vitale (Qi) et la transmuter en clarté de l'Esprit (Shen).

Infos : Thalie 06 14 59 75 57 ou senseneveil83@gmail.com / **Tarif :** 432 euros les 3 week-end

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



De 16h30 à 20h30 : Constellations familiales

Groupe annuel : suivi en profondeur sur 1 an avec plus ou moins 2 constellations/personne

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 / **Tarif :** Consteller : 70 € / Représenter : 40 €

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