

Atelier découverte du shiatsu – Présentation des cours

Samedi 16 septembre de 14h00 à 18h00 à Mamerhaff (20 € l'atelier)

Module 1 (Mouvements de base – *Katas*)

7 week-ends + 1 samedi (révision)

Samedi et dimanche de 9h00 à 15h30 (12 heures par w.e. + 6 heures)

130 € par w.e. / Anciens étudiants 105 € par w.e.

30 sept.-1 oct. 2017

20-21 janvier 2018

28-29 avril 2018

11-12 novembre 2017

24-25 février 2018

02 juin 2018

16-17 décembre 2017

17-18 mars 2018

à Mamerhaff / 14, rue Henri Kirpach / L-8237 MAMER

www.mamerhaff.lu

Module 2 (Étude des méridiens)

1 samedi (introduction) + 7 week-ends

Samedi et dimanche de 9h00 à 16h30 (14 heures par w.e. + 7 heures)

140 € par w.e. / Anciens étudiants 115 € par w.e.

16 septembre 2017

02-03 décembre 2017

17-18 mars 2018

07-08 octobre 2017

13-14 janvier 2018

21-22 avril 2018

04-05 novembre 2017

03-04 février 2018

à Mein Raum / 6, avenue de Berchem / L-1231 Howald

(Luxembourg-ville) – www.meinraum.lu

+

1 stage résidentiel

enseigné par Thierry CAMAGIE

du vendredi 15 juin au dimanche 17 juin 2018

à l'Auberge de Jeunesse d'Echternach – Luxembourg

Renseignements et inscriptions :

Adela G. GARCÍA

+352 691 87 56 13 – garadel1@gmail.com

IOKAI SHIATSU



医王会

Formation 2017-2018

à Luxembourg

à partir de septembre 2017

Cours organisés par la
Fédération luxembourgeoise de shiatsu (FLSPA)
www.shiatsu.lu

SHIATSU, littéralement « pression des doigts »

Le shiatsu est né au Japon au début du XX^e siècle. Pratique familiale de bien-être et de relaxation, toujours utilisée à l'heure actuelle.

Le shiatsu est une méthode simple et naturelle : étirements et pressions avec les pouces, mains et genoux sur les différentes parties du corps ; le *Ki* (force vitale) est amené à circuler plus harmonieusement.

Le shiatsu peut être exercé par tous et il a cette qualité magnifique de développer la compréhension de nous-même et celle des autres.

Le shiatsu puise ses fondements dans les connaissances millénaires de la philosophie traditionnelle chinoise et de l'acupuncture.

A quoi sert le shiatsu ?

Le shiatsu active la circulation du *Ki* (force vitale), stimulant le pouvoir naturel de guérison.

Le shiatsu favorise toutes les fonctions vitales.

Le shiatsu est efficace dans les dysfonctionnements les plus divers, y compris ceux liés aux relations humaines :

- retrouver le calme, le sommeil, la capacité à récupérer, le dynamisme ;
- prévenir les états dépressifs, les effets du stress ;
- résorber les gênes musculaires et articulaires ;
- apprendre à mieux se connaître en révélant les tensions les plus profondes liées au psychisme.

LOKAÏ shiatsu ? Shiatsu zen

Fondé au Japon par Shizuto MASUNAGA, l'LOKAÏ shiatsu met l'accent sur le « diagnostic-traitement simultané » par une communication profonde entre praticien et patient délagée de tout affect et de toute attente.



La formation IOKAÏ

▪ Module 1 : mouvements de base – *Katas*

L'ensemble de ce module constitue l'apprentissage du toucher, la mise en place de la posture de travail. Ce niveau de base représente un bagage complet pour la pratique amicale et familiale d'un shiatsu de prévention et de bien-être ; il est par ailleurs indispensable pour entreprendre les niveaux suivants.

Apprendre à se positionner par rapport au *jusha* (« patient »), avoir une attitude juste et une pression juste.

- Les techniques de base du shiatsu IOKAÏ : pression – appui – attitude – concentration – respiration – qualité du toucher.
- Les quatre *Katas* IOKAÏ : enchaînements de base propres à l'école IOKAÏ.
- La préparation du praticien : assouplissements, do-in, étirements des méridiens, exercices de respiration et de méditation.

▪ Module 2 : étude des méridiens

C'est le « cœur » de l'enseignement IOKAÏ. Il aborde le repérage, le toucher et les spécificités des méridiens selon la théorie de la médecine traditionnelle chinoise, en lien avec l'enseignement de MASUNAGA Senseï.

▪ Module 3 : *shin dan*

Son contenu porte essentiellement sur les quatre formes de *shin* (« diagnostic oriental »).

▪ Module 4 : applications pratiques et professionnalisation

Travail spécifique dirigé par SASAKI Senseï en vue de la certification.

Les modules 1 et 2 sont enseignés à Luxembourg par
Adela G. GARCÍA,
praticienne et enseignante de shiatsu certifiée E.I.S.A.
(European Iokaï Shiatsu Association, présidée par SASAKI
Senseï), assistante de Thierry CAMAGIE, Président
du Iokaï Shiatsu France.