

## Module 1 (Mouvements de base – *Katas*)

8 week-ends par an

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

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

22-23 septembre 2018	15-16 décembre 2018	09-10 février 2019
20-21 octobre 2018	12-13 janvier 2019	09-10 mars 2019
17-18 novembre 2018		11-12 mai 2019

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

[www.mamerhaff.lu](http://www.mamerhaff.lu)

## Module 2 (Étude des méridiens)

1 samedi (introduction) + 7 week-ends par an

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

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

15 sept. 2018 (sam. introd.)	10-11 novembre 2018	26-27 janvier 2019
29-30 septembre 2018	24-25 novembre 2018	16-17 mars 2019
13-14 octobre 2018		06-07 avril 2019

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

[www.mamerhaff.lu](http://www.mamerhaff.lu)

+

1 stage résidentiel (nécessaire pour compléter le module 2)

enseigné par *Thierry CAMAGIE*

du vendredi 17 mai 2019 (à partir de 13h00) au dimanche 19 mai (à 17h30)

19 heures le stage

à l'Auberge de Jeunesse de Lultzhausen – 20, An der Driicht  
L-9666 LULTZHAUSEN – Luxembourg

### Renseignements et inscriptions :

Chantal KAUFFMANN (M1 – *Katas*)

+352 691 42 35 02 – [kaucha24@pt.lu](mailto:kaucha24@pt.lu)

Adela G. GARCÍA (M2 – Méridiens)

+352 691 87 56 13 – [garadel1@gmail.com](mailto:garadel1@gmail.com)

# IOKAÏ SHIATSU



医王会

## Formation 2018-2019

## à Luxembourg

à partir de septembre 2018

Cours organisés par la

Fédération luxembourgeoise de shiatsu (FLSPA)

[www.shiatsu.lu](http://www.shiatsu.lu)

## SHIATSU, littéralement « pression des doigts »

Le shiatsu est né au Japon au début du XX<sup>e</sup> 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.

Enseignants de shiatsu Iokaï au Luxembourg :  
**Chantal KAUFFMANN, Marisa ANTOGNOLI** (module 1) et  
**Adela G. GARCÍA** (modules 1 et 2),  
praticiennes et enseignantes de shiatsu Iokaï,  
certifiées E.I.S.A. (European Iokaï Shiatsu Association, présidée  
par SASAKI Senseï). Adela G. García est assistante de Thierry  
CAMAGIE, Président du Iokaï Shiatsu France.