

Université d'été Terre du Ciel des savoirs et sagesses du monde

Terre du Ciel - Domaine de Chardenoux - 71500 Bruailles

Pour toute information supplémentaire : 03 85 60 40 33 ou infos@terre-du-ciel.fr

1 page

Shiatsu traditionnel

Fondements de la médecine traditionnelle chinoise

Exercices de santé

Formation en
trois modules

avec Isabelle Laading

Pré-requis indispensable :

*Avoir suivi antérieurement un
atelier découverte*

**Ce stage a eu lieu au printemps et en
été 2010. Vous devez l'avoir suivi pour
suivre cette formation.**

Objectifs

- Continuer l'apprentissage du shiatsu complet de Tokuda Sensei que vous pourrez pratiquer d'emblée sur vos proches.
- S'initier aux shiatsu spécifiques pour des cas particuliers (personnes âgées, handicapées, etc.)
- Progresser dans l'étude des théories fondamentales de la médecine chinoise. Elles sont indispensables pour la compréhension de la pratique shiatsu et nourrissent également notre propre hygiène de vie.
- Cheminer, grâce aux exercices de santé, vers un toucher juste et efficace.

Contenu

Au fil de chaque journée de cours, alternent : période d'étude, pratique du shiatsu et exercices de santé.

Partie pratique

Localisation des méridiens et de différents points d'acupuncture (notamment par l'auto-massage Do In).

Etude et pratique détaillées du shiatsu complet (phase 2)

Les shiatsu spécifiques : Shiatsu du ventre, du thorax, de la tête et du visage.

Hara-shiatsu. Shiatsu pour les troubles émotionnels, pour les difficultés respiratoires.

Shiatsu complet sur un patient assis.

Clés de la posture du praticien et des techniques de pression.

Les exercices de santé :

Dans le cadre du shiatsu comme des soins en général, il est indispensable pour le praticien d'entretenir son corps et d'apaiser l'esprit, afin de conserver attention et attitude justes. L'être entier participe au toucher-shiatsu. L'intention du pouce doit se nourrir du placement du corps, du souffle et de l'esprit. De nombreux exercices issus des traditions d'Orient (car l'être y est considéré dans sa globalité) seront pratiqués : Do In, yoga, exercices respiratoires, exercices spécifiques sur le Hara, exercices des 5 saisons.

Partie théorique

Le Qi (ou Chi). Les méridiens : trajets et fonctions. Les points d'acupuncture.

Une autre vision de la santé et de la maladie à travers l'étude des « 5 mouvements » et la théorie du Yin-Yang.

Notion de Kyo et Jitsu (vide et plénitude).

Fonction des organes selon la MTC. Qi, Sang et Liquides Organiques, excès et déficience.

Les sept sentiments, vie psychique et émotionnelle.

Ethique et hygiène de vie du praticien.

Modalités d'inscription

Pré-requis : Avoir préalablement suivi un atelier découverte de « *Shiatsu traditionnel* » avec Isabelle Laading qui fait office d'atelier 1 de cette formation en trois modules.

Envoyez-nous un bulletin d'inscription (sur papier libre) en précisant à quelle date vous avez suivi l'atelier découverte et en joignant un acompte de 350 € + 25 € de droits d'inscription à l'Université TERRE DU CIEL (période du 01/10/2010 au 30/09/2011) - Ordre du chèque : TERRE DU CIEL.

Coût : 700 € pour les deux ateliers, ceux-ci étant indissociables.

Le solde sera à régler lors de l'Atelier 2 et pourra s'effectuer en un ou deux chèques.

Prise en charge Formation continue (sur demande).

+ Pension (prix variable selon le mode d'hébergement choisi) se paie sur place à chaque fois : **Tarif** sur la page **Chardenoux** du site Internet.

Dates 2010-2011

Atelier 2 :
du 21 au 26 novembre 2010

Atelier 3 :
du 3 au 8 avril 2011

Lieu :

Domaine de Chardenoux
71500 Bruailles

*Arrivée le dimanche à partir
de 18 h et fin du programme
le vendredi à 17 h.*

Contacts : Terre du Ciel. Tel : 03 85 60 40 33 - infos@terre-du-ciel.fr - I.Laading : 03 85 54 56 31 - isabelle@laading.net

**Pour la prochaine formation débutant en octobre 2011, atelier découverte en été 2011.
Voir brochure été 2011 - ou sur le site à partir de mars 2010.**

extrait du site internet www.terre-du-ciel.fr