



Retrouvez dans les pages suivantes la présentation des formations et la fiche d'inscription à retourner par mail ou voie postale.

Vous envisagez une formation Personnelle ou Professionnelle ou vous souhaitez prendre soin de vos proches ? Vous êtes à la recherche d'une approche par le toucher, douce, non invasive et à l'écoute des autres ? Vous êtes intéressé par la tradition japonaise et les pratiques énergétiques ?

Voici des formations qui vont vous intéresser !

SHIATSU KOBIDO ANPUKU

Trois façons d'aborder le corps et le soin, par des gestes et des techniques riches et précises.

Intimement liée au Japon et à ses traditions, je suis heureuse de pouvoir vous accompagner sur le chemin de votre santé et dans vos projets, après des années de travail, d'études et de rencontres autant en France qu'au Japon .



La Maison Zen

Créée pour des pratiques zen et respectueuses des valeurs traditionnelles japonaises, la Maison Zen propose un espace de 90 m2 à Terrasson Lavilledieu Parquet naturel et espace détente, la Maison Zen se veut un écrin d'énergie.

www.shiatsu-terrasson.com

Raphaële Crônier

Praticienne Shiatsu (certificat FFST)

Ostéothérapeute (formation Bechacq)

Praticienne Reiki (2 ème degré avec J. Dupuy Poulange)

Enseignante Taichi/Qi gong (certificat professionnel Quimetao/ Health chinese institute)

Certificat Qualification Professionnelle (CQP) AGEE ALS

- Stages et formations avec : Sensei Masunaga, Haruhiko : 5 stages en France et au Japon auprès de son institut à Tokyo, Stephan Vien, Okamoto sensei, Ohashi sensei, Iwaoka Hiroshi, Ishikawa Toshi, Wilfried Rappenecker , Haruomi Koga pour le Sokuatsu , à Toulouse et à Tokyo.

LE SHIATSU



Le Shiatsu est une méthode de soin japonais basée sur des pressions ostéo-articulaires et énergétiques qui permettent de tonifier et de détendre le corps.



Au cours de cette formation vous apprendrez :



Des notions de Médecine chinoise : la loi des cinq éléments, le yin yang, le parcours des méridiens et le repérage de points d'acupuncture spécifiques .



Des Postures et des étirements pour soulager votre client et pour adapter les bons gestes.



Des protocoles de pratique du shiatsu pour harmoniser l'ensemble du corps et comprendre les méridiens

Trois modules : Tarif : 90 euros le module de 9H00 à 17H00

2021 : le dimanche 3 octobre, le dimanche 14 novembre et le dimanche 5 décembre.

2022 : Le dimanche 30 janvier, le dimanche 6 mars et le dimanche 3 avril

Chaque module est indépendant et l'on peut choisir de n'en suivre qu'un ou de les pratiquer dans l'ordre que l'on veut ; il est toutefois recommandé de suivre l'ensemble des 3 pour avoir une approche plus complète . Il est possible de revenir sur un module que l'on a déjà fait afin de réviser et avec un demi tarif dans ce cas.

Module 1 : posture, méridien de la vessie, travail du dos.

Module 2 : Lecture du Hara, : pour établir un diagnostic par le toucher et harmoniser le corps, notion de Kyo et Jitsu (vides et pleins) et comment s'en servir, travail sur le côté : méridien de la vésicule biliaire et pathologies (muscles, migraine, indécision, colère...) .

Module 3 : Des étirements efficaces : donner de l'espace au corps, trouver les blocages, lâcher prise ; le méridien de la rate et du Triple réchauffeur et leurs pathologies (problèmes alimentaires, digestions, jambes lourdes, crispations mentales...)



KOBIDO



Le Kobido est une technique de soin et de beauté japonais qui tonifie le visage, le cou et les épaules pour améliorer le teint et estomper les marques du temps.



Au cours de cette formation vous apprendrez :



Protocole précis avec trois techniques : lisser, piquer, percuter



Des points d'acupuncture spécifiques contre le vieillissement



Des techniques de relâchement des tensions



Le travail de la nuque et des épaules

Un module : Tarif : 90 euros le module de 9H00 à 16H00

2021 : le dimanche 28 novembre.

2022 : le dimanche 24 avril

Travail sur table de massage, apprentissage du protocole et techniques.

ANPUKU



L'Anpuku est une technique de massage traditionnelle japonaise mise au point il y a plusieurs siècles et visant à soulager les maux du quotidien par un travail du ventre. Voyage au cœur des émotions.



Au cours de cette formation vous apprendrez :



Techniques pour soulager : pétrir, étirer, soulever , donner de l'espace etc...



Des positions précises des mains pour un geste efficace



Les pathologies en lien avec les techniques utilisées : dorsalgie, problème digestif, problèmes de respiration...

Un module : Tarif : 90 euros le module de 9H00 à 17H00

2021 : le dimanche 24 octobre.

2022 : le dimanche 20 février.

FICHE INSCRIPTION



FICHE D'INSCRIPTION A RETOURNER avec votre règlement - chèque à l'ordre de Raphaële Crônier

La Maison Zen, 1 rue Edouard Herriot, 24120 TERRASSON

Pour toute demande de renseignements supplémentaires contactez moi au 0675180983

Je souhaite m'inscrire à :

SHIATSU : 90 euros le module de 9H00 à 17H00

- Module 1 : **le dimanche 3 octobre 2021 puis le dimanche 30 janvier 2022**
- Module 2 : **le dimanche 14 novembre 2021 puis le dimanche 6 mars 2022**
- Module 1: **le dimanche 5 décembre. 2021 puis le dimanche 3 avril 2022**

ANPUKU : 90 euros le module de 9H00 à 17H00

- Module 1 : **le dimanche 24 octobre 2021**
- Module 1 : **le dimanche 20 février 2022**

KOBIDO : 90 euros le module de 9H00 à 16H00

- Module 1 : **le dimanche 28 novembre 2021**
- Module 1 : **le dimanche 24 avril 2022**

Vous avez la possibilité de refaire un module, auquel cas le demi tarif s'applique

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

ADRESSE MAIL :

TEL :