" Gagner en efficacité et se préserver "

Stage d'été les 24.25 et 26 Juillet 2026 au Centre Xian

Cette année, nous allons reprendre les bases pour pouvoir relever les défis d'une pratique en cabinet. Trois jours pour développer la puissance du Corps, du Souffle et de l'Intention (Yi) dans notre pratique. Il y aura beaucoup de travail sur soi, beaucoup de mise en pratique de nos différents outils.

Je veux dire par cela les différentes techniques de Tonification et de Dispersion dont nous disposons pour répondre au mieux à ce que nous avons sous les doigts.

Côté théorie, nous reviendrons sur l'architecture des méridiens, dont les trajets internes des méridiens et l'action de nos pressions selon la vision physiologique occidentale (système sanguin, nerveux, hormonal etc...) pour bien comprendre ce que nous voulons induire comme réaction.

Programme :

La posture : Bien placé tout devient plus facile

- Ajustement articulaire dans les différentes positions
- Notion et pratique des leviers
- Renforcement musculaire

Le souffle et intention: Travail interne de visualisation et de conduction du souffle suivant la tradition Taoïste

- Neï Gong (méditation) et Qi Gong
- Petite circulation ou orbite microcosmique
- Travail à deux

Technique de Shiatsu :

-Association de points

- Imposition des mains et travail fluidique

- Varier les rythmes et la profondeur

- Kenbiki

- Pression / mobilisation

- Pompage

Et autres…

Théorie :

- Réaction physiologique à la pression du système nerveux, sanguin, hormonal et autres

- Approche de certains trajets internes des méridiens et et étude des actions thérapeutiques de certains points

- Quelques principes de traitement !

LIEU:
Centre Xian
La Haute Jannière
49220 Thorigné-d'Anjou

https://www.centre-xian.fr/

HORAIRES :
9h30 à 18h. 17H le dimanche

REPAS:

Pour limiter les coûts et pour rendre ce séjour plus convivial, il n'y aura pas de restauration. Nous aurons accès aux cuisines professionnelles avec des frigos pour mettre votre nourriture. Prévoyez donc votre repas du midi que nous pourrons partager.

Pour les repas du soir, avec les à peu près 10 euros par personne a donner en plus au début du stage, nous pourrons préparer en équipe les repas pour tout le monde. Ce sera l'occasion de faire parler notre créativité culinaire! Les moments de préparation des repas sont toujours joyeux et c'est un bon moyen de faire connaissance autrement !

Bulletin d'inscription

Stage du 24.25.26 Juillet 2026

Nom: Prénom:

Téléphone: Adresse Mail:

Tarif et réservation:
Suivant l'ordre d'arrivée des inscriptions je réserverai les différents couchages. Si votre choix n'est plus réalisable je vous préviendrai pour trouver une autre formule.

Entourez au feutre la formule choisie!

Le prix comprend le coût de formation, la location du lieu et l'hébergement.

Formule sans hébergement: 320 Euros

Formule camping: 340 Euros

Formule dortoir: 350 Euros

Formule solo :
Caravane: 380 Euros

Cabane dans l'arbre: 380 Euros

Mini Lodge: 410 en solo et 380 en Duo

A régler en espèces le jour du stage ou en chèque à l'ordre de :
Association pour le développement du Shiatsu

Chèque à envoyer chez : Jérôme Voisin, 104 place St Gervais, 49250 Brion