

IOKAI SHIATSU



FORMATION 2023-2024 à Luxembourg

à partir de septembre 2023

Cours organisés par
La **F**édération **L**uxembourgeoise de **S**hiatsu
et de **P**ratiques **A**siatiques



F L S P A



www.shiatsu.lu



flspa.shiatsu@gmail.com



Fédération Luxembourgeoise de shiatsu

SHIATSU, littéralement « pression des doigts »

Le shiatsu est né au Japon au début du XXe 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.

IOKAI shiatsu ?

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



La formation IOKAÏ

Module I : 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 IOKAÏ shiatsu : 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 II : 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 III : étude des shin

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

Module IV : préparation à la certification

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

Au Luxembourg, l'enseignement du Iokai Shiatsu est assuré par:

- Madame Chantal KAUFFMANN pour le module 1
 - Madame Adela G. GARCIA pour les modules 1 et 2
- praticiennes et enseignantes de Iokai Shiatsu,
certifiées E.I.S.A. (European Iokai Shiatsu Association, présidée par SASAKI Senseï).

Adela G. García est assistante de Thierry CAMAGIE, plus proche assistant de SASAKI Senseï depuis 1988, il est vice-président du Iokai Shiatsu Europe et Président du Iokai Shiatsu France.

Cours Module 1 (Mouvements de base - Katas)

Weekends: vendredi de 13h à 18h, samedi et dimanche de 9h00 à 16h00

130 € le premier weekend* + 600 € pour les weekends suivants* - 63 heures de formation

** Tarifs valables pour un minimum de 10 nouvelles inscriptions*

30 sept.-01 octobre 2023

26-27-28 janvier 2024

10-11-12 novembre 2023

15-16-17 mars 2024

+ **STAGE RESIDENTIEL** (révisions, approfondissement et remise du carnet de formation) de 27 heures. Plus d'informations à venir.

Lieu: MAMERHAFF 20, rue Henri Kirpach L-8237 MAMER

Cours Module 2 (Etude des méridiens)

5 Weekends de pratique: samedi et dimanche de 9h00 à 16h30

750 € (150 € par weekend) - 65 heures de formation

14-15 octobre 2023

13-14 janvier 2024

18-19 novembre 2023

24-25 février 2024

16-17 décembre 2023

+ 5 séances de théorie de 3 heures le samedi matin (dates à déterminer)

Lieu: 25 rue de la Libération L-8245 MAMER

Stage résidentiel Module 2 (méridiens)

Enseigné par Thierry CAMAGIE.

Du mercredi au dimanche à l'Auberge de Jeunesse de Lultzhausen (en juin 2024, dates à définir)

Stage résidentiel Module 3 (shin dan)

Enseigné par Thierry CAMAGIE.

Du vendredi au dimanche à l'Auberge de Jeunesse d'Echternach (en septembre 2024, dates à définir)

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Chantal KAUFFMANN (M1 - Katas): +352 691 42 35 02 - kaucha24@pt.lu

Adela G. GARCIA (M2 - Méridiens): +352 691 87 56 13 - garadel1@gmail.com

FLSPA: flspa.shiatsu@gmail.com