

STAGE EN IMMERSION SHIATSU & DO-IN

Du 1er au 4 Mai 2025

À VAYLATS (46)

Stage résidentiel dans le Lot
dans un cadre exceptionnel



QUI SOMMES NOUS ?

Avec Cathy Franchet et Muriel Jacobs

A QUOI S'ATTENDRE ?

Prendre un temps pour soi, un temps d'échange et
d'apprentissage du shiatsu,
de Do-in et d'Exercices de santé.



INFORMATIONS PRATIQUES

CONTENU DU STAGE.

C'EST PAR ICI



Yūsen Shiatsu

www.formation-shiatsu-nonindo.fr

cathy.franchet@gmail.com



QUI SOMMES NOUS ?



Cathy Franchet

Une vie et déjà plusieurs professions qui m'ont amenée vers la pratique du shiatsu. Des études en Staps, la pratique et l'encadrement de la gymnastique artistique, l'animation auprès de différents publics, l'enseignement du tir à l'arc, du yoga, du do-in et du shiatsu... Le corps et la découverte de soi sont au centre de toutes ces pratiques passionnantes.

J'ai découvert le shiatsu il y a environ 20 ans en tant que patiente. Reçue à ce moment là, le livre des 5 saisons de l'énergie d'Isabelle Laading qui m'a ouvert à un autre monde. J'ai suivi des cours de « santé par le mouvement » dans lesquels je pratiquai du do-in, du yoga et commençai à pratiquer le shiatsu.

En 2012, je suis la formation de shiatsu avec Isabelle Laading et je rencontre Muriel Jacobs. Un enseignement riche qui me transforme en profondeur. Je donne ainsi des cours de yoga et reçois en shiatsu pendant quelques temps. En 2019, je me lance dans l'enseignement du shiatsu issu de l'école Nonindo, accompagnée par I. Laading. Une expérience d'une grande richesse qui est nourrit par la rencontre de différents enseignants en shiatsu, qi gong et tai chi, méditation Vipassana (Bernard Bouheret, Ivan Bel, Suzanne yates, Jean Smith, Nicole Bernard, Rosa Stride, Charles et Patricia Genoud ...)

Muriel Jacobs

C'est par le Qi Qong que je suis arrivée sur la voie du Shiatsu, il y a 12 ans, après une grave maladie. J'exerçais alors le métier de comédienne.

Le Shiatsu a été pour moi une renaissance du corps et de l'esprit, il m'a aidé à retrouver la santé et à changer radicalement mon mode de vie.

Avec la médecine chinoise, j'ai découvert et approfondi la notion de globalité qui considère l'humain dans son entièreté physique, psychique et spirituelle et le soigne dans cet esprit là.

La philosophie qui fonde cette médecine a éveillé ma conscience et m'a conduite sur la voie.

Le travail avec les mains a été un choix de cœur qui révèle continuellement ses qualités et ses possibilités. Aujourd'hui j'exerce pleinement le métier de praticienne et enseignante de Shiatsu.

J'ai fait plusieurs écoles avec comme enseignants Isabelle Laading, Siméon Moutaftchieff, Bernard Bouheret et Ivan Bel, et je continue sans cesse à me former avec d'autres praticiens et enseignants tel que Suzanne Yates, Frans Coopers, Jean Smith, Ohashi Sensei, Bill Palmer, Chris Mcalister, Stéphane Vien...

Riche de mon parcours éclectique, j'ai commencé à enseigner en 2019 à L'école de shiatsu thérapeutique d'Ivan Bel à Bruxelles et à L'école Shen Dao de Toulouse en 2020.

Et j'organise de nombreux stages et formation d'initiation à Bruxelles.



A QUOI S'ATTENDRE ?

Prendre soin de soi,

Se retrouver entre passionnés du shiatsu pour quatre jours de pratiques diverses à savoir du do-in, du qi gong, des pratiques de méditation et des exercices de santé pour nourrir notre shiatsu.

Remplir sa boîte à outils : do-in en fonction des saisons, exercices pour ressentir, renforcer notre présence dans le Hara et perfectionner notre qualité de toucher.

Chaque jour une saison, un thème, un apprentissage d'une partie du protocole et ses options, du travail individuel et à deux.

Repartir avec un protocole de shiatsu complet*, les aménagements et variantes possibles en fonction des personnes que nous pouvons recevoir, une routine de préparation personnelle.

Poumon
phase



*Shiatsu complet : Harmonisation et remise en circulation énergétique dans les douze méridiens principaux.

Phase 1, en décubitus ventral :
Travail du dos (les 2 chaînes de Vessie), épaules (IG), sacrum et jambes (V, VB, E, Rte)

Phase 2, en position latérale :
Travail de la tête, occiput (VB), épaule, bras, dos et jambes (VB, V, Rte, F, R).

Le tout dans la joie et la bonne humeur, dans un cadre magnifique.



INFORMATIONS PRATIQUES



HORAIRES

Début du stage Jeudi à 10h - Fin de stage dimanche à 16h

7h15 - 8h : Pratique DO-in et Qi gong

9h-12h30, 15h-18h30 : Pratique / Echanges

21h : Méditation

TARIFS

Adhérent UFPST **400 €**

Non Adhérent **480 €**

Hébergement : Repas compris

Chambre single **276€**

Chambre à partager **228€**

Je visite le lieu

Je m'inscris avant le 15 mars 2025

Renseignements

Cathy Franchet : 06 87 28 44 80

Muriel Jacobs : +32 476 74 98 66



**Stage ouvert à partir de 8 personnes et limité à 20
Pour les praticiens ou étudiants**



Yūsen Shiatsu, Do-in
www.formation-shiatsu-nonindo.fr
cathy.franchet@gmail.com

