Journée d'initiation au Iokai Shiatsu 2027

« *Le Shiatsu consiste à exercer des pressions avec les pouces ou les paumes sur des zones précises du corps, dans le but de mobiliser le KI (énergie vitale) et de le faire circuler plus harmonieusement*. »

PRESENTATION

Cette journée d'initiation au Iokai Shiatsu vous permettra de pratiquer et découvrir le shiatsu durant une journée, poser des questions à nos enseignants, voir si cette méthode vous convient.
Apprendre le shiatsu pour vous, pour pratiquer sur vos proches, en complément de votre activité actuelle ou pour en faire votre métier.

LIEUX

Neuchâtel : 20 février 2027
Sion : 11 avril 2027
Fribourg : 2 mai 2027
Puidoux : 13 juin 2027
Puidoux : 12 sept. 2027

CONTENU

Lors de cette journée, les thèmes suivants seront abordés :
Brève présentation du shiatsu
Introduction aux bases théoriques de la médecine orientale traditionnelle
Do In - exercices liés à la circulation du KI
Définition des bases : Posture/ Respiration/ Qualité des pressions
Pratique de quelques séquences d'enchaînements de pressions sur différentes parties du corps
Méditation

DUREE **6 heures**

PRIX **100 CHF**

RENSEIGNEMENTS **Secrétariat de l'Association Suisse IOKAI SHIATSU**
Tél. 024 441 51 58 secretariat @iokai.ch www.iokai.ch

INSCRIPTIONS Formulaire sur le site
Iokai Shiatsu Suisse - Journées d'initiation au Shiatsu 2027

PRE-REQUIS Capacité de travailler au sol
Age minimal : 18 ans

TENUE Vêtements amples et confortables (pantalons) Couverture et Zori (pantoufles)

CONDITIONS

Pas de remboursement. Report possible dans une autre région en cas de force majeure sur l'année en cours.
En cas de désistement moins de 2 semaine avant le cours, la totalité du montant est due, sans possibilité de report.
En cas d'annulation de ce cours par le Iokai, l'intégralité de la somme versée sera remboursée aux participants si aucune autre date de l'année en cours ne convient.

INFORMATIONS

	NEUCHATEL	**SION**	**FRIBOURG**	**PUIDOUX**
DATES	Samedi **20 février** 2027	Dimanche **11 avril** 2027	Dimanche **2 mai** 2027	Dimanche **13 juin** Dimanche **12 sept**. 2027
HORAIRE	13h30 à 18h30	9h30 à 12h30 et 14h00 à 17h00	9h30 à 12h30 et 14h00 à 17h00	9h30 à 12h30 et 14h00 à 17h00
LIEU	**DOJO AIKIDO** Comble Emine 1 2053 Cernier	**JUDO CLUB** Rte de la Drague 35 1950 Sion	**DOJO DU GUINTZET** Av. Jean-Paul II 30 1752 Villars-sur-Glâne *À côté du Tennis l'Aiglon*	**IOKAI DOJO** Ch. du Verney 20 A 1070 Puidoux
ENSEIGNANTS	**Sanae Takahashi**	**Patricia Perren**	**Fabienne Roidt** **Orianne Zanone**	**Samuel Haettenschwiler**
INFORMATION	S. Takahashi 076 455 74 06	P. Perren 079 288 41 11	F. Roidt 079 638 58 31	S. Haettenschwiler 079 874 51 69