



Journée d'initiation au Iokai Shiatsu 2025



« 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.

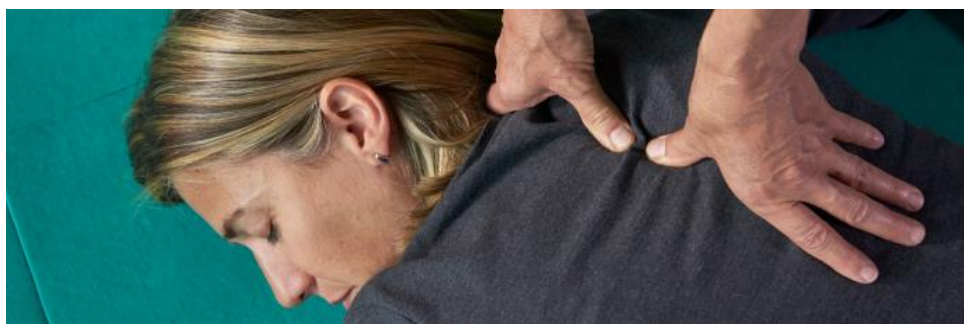
LIEUX

Fribourg : 30 mars 2025
Sion : 19 avril 2025
Puidoux : 15 juin et 7 sept. 2025

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

[Journée d'initiation 2024 | Iokai Shiatsu Suisse](#)

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

	FRIBOURG	SION	PUIDOUX
DATES	Dimanche 30 mars 2025	Samedi 19 avril 2025	Dimanche 15 juin Dimanche 7 sept. 2025
HORAIRE	9h30 à 12h30 et 14h00 à 17h00	9h30 à 12h30 et 14h00 à 17h00	9h30 à 12h30 et 14h00 à 17h00
LIEU	DOJO DU GUINZET Av. Jean-Paul II 30 1752 Villars-sur-Glâne <i>À côté du Tennis l'Aiglon</i>	JUDO CLUB Rte de la Drague 35 1950 Sion	IOKAI DOJO Ch. du Verney 20 A 1070 Puidoux
ENSEIGNANTS	Fabienne Roidt Oriane Zanone	Patricia Perren	Samuel Haettenschwiler
INFORMATION	Fabienne Roidt 079 638 58 31	Patricia Perren 079 288 41 11	S. Haettenschwiler 079 874 51 69