

指圧



STAGE SHIATSU

samedi 22 novembre 2025

Découvrez le **Shiatsu**, un art énergétique japonais qui prône le bien être par le toucher.

INFORMATIONS :

Lieu : 37 rue de Coulmiers à **NANTES**

Horaires : 14h-17h

3 stages sont prévus sur cette saison, avec un apprentissage progressif des bases du shiatsu.

Prochains stages : le 14 février et le 10 mai.

INSCRIPTION :

Tarif : 35€ (45€ non-adhérents A.I.T.)

Mail : yuansourcecontact@gmail.com

Téléphone : 06 89 38 15 12



Yuan Source

L'art du **Shiatsu** est de placer correctement ses mains et presser de manière juste.

Apprendre à être à l'écoute de soi et de l'autre.

Connaitre les fondamentaux de cette pratique. Savoir donner un shiatsu assis, en latéral, en dorsal ou ventral.

Programme du 1er stage :

> apprendre les bases du **shiatsu assis**

- automassages « Do In ».
- méthodes de pression & enchainement.
- définition de « Ki » et « Tsubo ».

Enseignant : Frédéric SOURICE

Organisation du stage par l'association **Yuan Source**.

Ce stage est accessible à tou.tes