



École de Shiatsu Thérapeutique

Bernard Bouheret

"L'art du geste dans le Sei Shiatsu Dô "

Enseignement dispensé par Bernard Bouheret

Cycle 2020/2021



© Christophe Maître

Retour aux fondamentaux

Posture, Main sûre, Cœur pur.
Présence, profondeur, bienveillance.
Déplacements, cercles, enracinements.

Ce cycle de formation est accessible aux élèves à partir de la 2^{ème} année.

Ces journées sont destinées à toutes et tous dès la 2^{ème} année de l'EST et aux autres styles et écoles de Shiatsu.

Elles sont le fruit d'une longue expérience en cabinet, à genoux sur le Zafu. Elles aideront chacune et chacun à devenir un(e) praticien(ne) complet(e) au service du plus beau Shiatsu.

Thèmes des journées :

- 09/10/2020 - Journée 1 :** **Couple de Force, Force du couple**
Application du Yin-Yang dans la gestuelle du Shiatsu
- 20/11/2020 - Journée 2 :** **De la bonne intensité à la juste profondeur**
Comment atteindre le lieu de la rencontre du souffle
- 26/02/2021 - Journée 3 :** **Rythme et Souffle, la musique du Shiatsu**
Tempo, cadence, rythme et silence
- 19/03/2021 - Journée 4 :** **Application du Vide-Plénitude dans la pratique du Shiatsu** Emplir les creux, vider les bosses :
Mon corps est un pays sage
- 16/04/2021 - Journée 5 :** **Shiatsu et assise en quiétude**
Quand le calme intérieur se déploie à l'extérieur
- 04/06/2021 - Journée 6 :** **Demeurer au centre**
Comment maîtriser l'impact du stress dans la vie quotidienne

Lieu : Salle Montparnasse. 92bis Bd du Montparnasse – 75014 Paris

Horaires : 10h30 - 13h15 et 14h45 - 17h45

La journée débute par un Qi Gong, merci donc d'arriver au moins 15 mn avant l'horaire de début pour ne pas perturber le Qi Gong.

Tarif pour Elèves EST

et Adhérents AIST ou UFPST à jour de leur cotisation 2020-2021 :

- 65 € par journée pour une inscription à la journée
- 360 € pour le cycle complet de 6 journées (à régler en 1 fois en début de cycle)

Tarif public : 85 euros par journée

Tarif convention : pour règlement par un organisme tiers (employeur ou organisme de financement) : 90 euros par journée

ETAPE 1 : PRE-INSCRIPTION OBLIGATOIRE EN LIGNE:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfLQGxROjZlfzabOG5c0OI6hPNEtsXt51dEJ_mBJ0c267NQ5A/viewform

NOTE: inscription par journée ou pour tout le cycle de formation.

*L'inscription en ligne est simple et rapide. Elle facilite la gestion et permet de démarrer chaque journée de formation sans passer trop de temps dans l'administratif. De plus les stages sont très vite complets, **priorité sera donnée aux inscrits en ligne.***

ETAPE 2 : PAIEMENT:

Règlement par chèque à l'ordre de EST - Bernard BOUHERET

- à envoyer avant les journées à **EST-Administration - Françoise VARENNE**
6, rue de l'Hôpital Saint-Louis – 75010 PARIS
(de préférence pour gagner du temps en début de journée)
- **ou sur place (chèque ou espèces)**
dans ce cas merci d'arriver en avance pour ne pas retarder le début de la journée
- en cas de règlement par virement, précisez dans l'objet de votre virement, votre nom et la référence à la journée concernée

