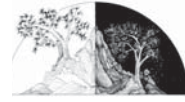




JÉRÔME CAPIAN
Ecole de Shiatsu - Tours
www.shiatsu-capian.com



BERNARD BOUHERET
Ecole de Shiatsu Thérapeutique - Paris
www.shiatsu-aist.org

assistés par **CLAIRE SAUVAJON**

APPROCHE DE LA DOULEUR DANS LE SHIATSU THÉRAPEUTIQUE

INTRODUCTION ET APPLICATION DU “MA”

*Idéogramme Japonais
“Ma” - Concept “Espace-Temps”*

STAGE SHIATSU ET QI GONG

13, 14 ET 15 MARS 2009

DOJO DU LYCÉE JAPONAIS KONAN DE TOURAINE
57 rue de la Gaudinière - 37540 Saint-Cyr-Sur-Loire



Masseur kinésithérapeute depuis 1983, pratiquant d'arts martiaux, Jérôme CAPIAN s'oriente très tôt vers le Japon où il part vivre deux ans.

A Tokyo, il passe son 2ème dan de karaté Kyokushin et pratique le Shiatsu de Namikoshi. Il rencontre ensuite Takeuchi sensei (Akahigedo) qui lui enseigne le Yin Shiatsu pendant six mois comme ushi-deshi (élève à temps complet suivant l'enseignement japonais).

Il est également titulaire du diplôme national d'acupuncture traditionnelle et exerce son activité professionnelle en Touraine.

Il poursuit les arts martiaux à travers la voie interne du Jin Gong Tai Chi Chuan et continue d'explorer la Médecine Traditionnelle Chinoise.

En 2005, Jérôme Capien décide de fonder son école de Shiatsu afin de faire partager son expérience et de transmettre ses connaissances.

ECOLE DE SHIATSU - TOURS

JÉRÔME CAPIAN

50 rue Calmette
37540 Saint-Cyr-sur-Loire
Tel. 02 47 49 09 14 - 06 22 22 58 30
contact@shiatsu-capian.com





Bernard BOUHERET est kinésithérapeute, praticien et enseignant de Shiatsu thérapeutique. Son parcours s'inscrit dans une tradition familiale de "chercheurs d'Orient".

Dès son plus jeune âge, il pratique les arts martiaux (judô). En 1977, il rencontre le Shiatsu, parallèlement à ses études de kinésithérapie.

Il approfondit ses connaissances par une formation de Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), puis part au Japon en 1981 dans l'école Hakko de

Maître Okuyama où il obtient son diplôme de praticien de Koho Shiatsu et de professeur de yawara (jujitsu traditionnel).

A son retour, il poursuit la voie martiale au travers du Tai Chi Chuan et du Qi Gong. Il enseigne le Shiatsu depuis 1987.

En 2002, il fonde le *Sei Shiatsu Dô* qu'il transmet au sein de l'E.S.T. afin de faire partager son expérience et sa sensibilité à tous ceux qui veulent emprunter la voie du "Shiatsu sincère" comme soin manuel énergétique.

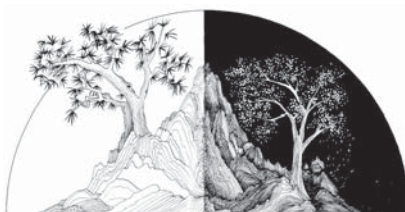
ECOLE DE SHIATSU THÉRAPEUTIQUE

BERNARD BOUHERET

1 boulevard Arago
75013 Paris

Tel. 01 47 07 77 25 - 06 32 66 73 64

bbouheret.est@gmail.com



PROGRAMME DE JÉRÔME

- **Qi Gong** “Zhan Zhuang” en chinois ou “Ritsu Zen” en japonais. Le “Ma” dans la posture de l’arbre (explication, démonstration, application).
- **Ma dans les arts martiaux**
Exercices des “mains collées” Tui-Shou en Tai Ji Quan.
- **Qualité de présence du Shiatsu shi**
Etat de l’esprit et espace personnel vis-à-vis du patient.
- **Différents symptômes** douloureux - Douleur et les 8 principes.
- **Shiatsu dans les algies** des 8 méridiens extraordinaires.
- **Shiatsu et les points ASHI** ou points “gâchettes”.
Savoir appréhender et faire céder efficacement ces zones douloureuses.
- **Moxibustion et applications** dans les douleurs abdominales.
- **Pouls radiaux**, “Ma” et douleur.

PROGRAMME DE BERNARD

- **Qi Gong Taoïste** - Auto-massages et Dao Yin Fa assis.
- **Qi Gong Bouddhiste** des “Quatre états illimités”.
- **Attitude du praticien de Shiatsu** dans les algies aiguës et chroniques
Application du “Ma”.
- **Gestuelle adaptée aux différents types de douleurs**
Points, étirements, percussions, frottements...
- **Stratégie face aux grandes pathologies**
Polyarthrite rhumatoïde, fibromyalgie, syndrome d’obstruction douloureuse...
- **Ruptures de corps**
“Corps fluide – Corps rompu”, les 16 niveaux de rupture.
- **Moxibustion sur les grandes articulations** - Epaules, genoux, chevilles...
- **Les pouls radiaux** - Rupture de corps dans les trois foyers.

INFORMATIONS PRATIQUES

LIEU

Dojo du Lycée Japonais Konan de Touraine

57 rue de la Gaudinière - 37540 Saint-Cyr-Sur-Loire

HORAIRES

VENDREDI 13 MARS

13h00 Accueil
13h15 - 14h00 Qi Gong
14h00 - 15h30 Shiatsu avec Bernard

Pause 15mn

15h45- 17h00 Shiatsu avec Jérôme
17h30 - 18h00 Surprise Tourangelle

SAMEDI 14 MARS - MATIN

9h00 - 10h00 Qi Gong

Pause 15mn

10h15 - 13h00 Shiatsu Bernard
Pratique et Théorie

13h00 à 15h00 *Déjeuner au lycée*

APRÈS-MIDI

15h00 - 19h00 Shiatsu Jérôme
15h00 - 17h00 Pratique - Théorie
17h00- 19h00 Qi Gong - Théorie

19h30 *Dîner au lycée*

DIMANCHE 15 MARS - MATIN

9h00 - 10h30 Jérôme ou Bernard

Pause 15 mn

10h45 - 12h15 Jérôme ou Bernard

12h30 - 14h00 *Déjeuner au lycée*

APRÈS-MIDI

14h00 - 15h30 Shiatsu

15h30 à 16h00 Qi Gong de clôture.

Vous pouvez consulter et télécharger ce programme sur les sites

www.shiatsu-capian.org

www.shiatsu-aist.org

INFORMATIONS PRATIQUES

TARIFS

Le coût du stage est de

- 180 €, repas inclus, (165 € sans repas) pour toute inscription avant le 20 février 2009.
- 200 €, repas inclus, (185 € sans repas) après le 20 février 2009.

INSCRIPTIONS

L'inscription sera validée à réception du règlement, à adresser à

Christelle Guéry - 5 allée Vincent Scotto - 37100 Tours.

Tél. 02 47 55 19 69 - 06 79 93 22 38
après 18h30

Les chèques sont à **libeller à l'ordre de Jérôme Capian**.

CONTACT

Pour l'inscription, la réservation de l'auberge :

Christelle Guéry, après 18h30
au 02 47 55 19 69 - 06 79 93 22 38

Pour la navette :

Catherine Guérin au 02 47 49 09 14
de 8h30 à 19h00 du lundi au vendredi, et de 8h30 à 12h00 le samedi.

Pour le covoiturage :

Françoise Féraud au 06 81 80 42 40

HÉBERGEMENT

Auberge de Jeunesse
5 rue Bretonneau
37000 Tours

Dispose de chambres doubles.

Prix 20.50 € la nuitée, petit déjeuner compris. Les places sont limitées ; la date limite de réservation est le 20 février prochain, date à laquelle nous devons fournir l'effectif exact.

Vous pouvez réserver ***l'auberge*** auprès de ***Christelle Guéry***.

TRANSPORT - NAVETTE

Vous pouvez vous rendre à Tours en voiture (2h30 au départ de Paris) ou en train (1h10 au départ de Paris).

Le stage démarrant le vendredi à 13h00, veuillez vous assurer que l'heure d'arrivée de votre train cadre avec cet horaire.

Une **navette** est prévue pour les participants arrivant en gare de Tours. Pour réserver, veuillez contacter ***Catherine Guérin***.

Pour ceux qui viennent en **voiture** au départ de Paris, un **covoiturage** est mise en place.

Veuillez contacter ***Françoise Féraud***.