



Massage individuel

Auto massage

Méditation

En entreprise

Intervention sur demande

ATELIER SHIATSU LYON

LE SHIATSU

Le shiatsu est une technique de massage japonaise utilisant les pressions des doigts et des mains, il se pratique au sol sur un futon et au dessus des vêtements. Pour profiter au mieux du soin, il est conseillé de venir avec une tenue souple.

Composé des termes *shi* (doigts) et *atsu* (pression), le shiatsu prend ses racines dans l'Extrême-Orient, et plus particulièrement au Japon. Depuis 1957, le shiatsu est officiellement reconnu par le gouvernement japonais comme une thérapie à part entière.

Il faut attendre 1970 pour que la technique apparaisse en France, mais elle ne fait toujours pas l'objet d'une législation

Le rapport Lannoye/Collins ratifié par le Parlement européen en mai 1997 considère le shiatsu comme une « médecine non conventionnelle digne d'intérêt »,

NOS OBJECTIFS

Nous proposons au travers de notre activité, bien être, gestion du stress, QVT, un moment pour soi, un massage sur votre lieu travail.

Le shiatsu soulage douleurs et tensions, apaise le mental c'est un réveil physique.

A l'époque où tout va vite, des situations complexes, une sur-sollicitation cognitive, trouver un temps pour soi, pour trouver un équilibre avec soi et les autres, nos activités sont des solutions individuelles ou collectives, le shiatsu est un outil de prévention contre le stress et les pathologies qui en découlent.

Facile à mettre en place dans votre entreprise :

- ◆ La durée des ateliers s'adapte à votre rythme
- ◆ Le shiatsu se pratique à travers les vêtements
- ◆ Une pièce de 10m² (séance individuelle)
- ◆ Nous apportons le matériel (futon, coussins, couvertures)



ATELIER
SHIATSU



Association
Fleur de Prunier



Nos propositions

Intervention sur site et sur RDV

Shiatsu (massage)

⇒ 30mn

⇒ 60mn

Les intervenants arrivent avec leur matériel

Méditation

Par groupe de 3 à 5 personnes

⇒ 60 mn

Autres prestations à la demande

- ◆ Initiation par groupe à l'auto-shiatsu,
- ◆ Ventouses,
- ◆ self-défense,
- ◆ cours de calligraphie japonaise en groupe ou individuel,
- ◆ Qi-Gong
- ◆ Formation QVT

Pour toutes prestations, interventions ponctuelles ou récurrentes , les tarifs seront ajustés au mieux (nombre d'heures, nombre de personnes, récurrence) n'hésitez pas à nous contacter pour tous devis ou rendez-vous.

atelier.shiatsu.lyon@gmail.com

Intervenants :

Anaïs Déchamps 07 68 22 36 67

Attilio Muni 06 64 46 02 54

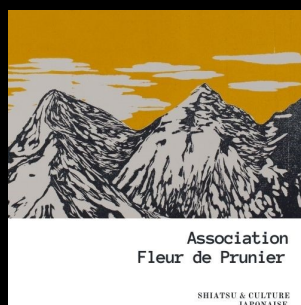


Atelier Shiatsu Paris

www.sushiatsu.fr

Téléphone : 06 61 20 43 72

E-mail : atelier.shiatsu@gmail.com



Association Fleur de Prunier

www.ateliershiatsu.fr

Téléphone : 07 68 22 36 67

E-mail : seishiatsu@zoho.com



Kuma KAI

www.kumakaisite.wordpress.com

Téléphone : 06 64 46 02 54

E-mail : kumachan@aliceadsl.fr