

SHIATSU EN MOUVEMENT

Fluidité et précision en shiatsu

Et si tout changeait... juste en bougeant votre main yin ?
Un stage pour affiner votre toucher, relier présence active et mouvement fluide, harmoniser en temps réel

25 ET 26
OCTOBRE
2025

MJC Migennes
23 av Jean Jaures
89400 Migennes



Ouvert aux professionnels
en Shiatsu tous styles
et stagiaires avancés.
Débutants motivés
bienvenus



PRATIQUE IMMERSIVE

Par Hervé LIGOT
assisté de Nathalie Levardon

Infos : ligot.herve@gmail.com 0615357068

Inscriptions : shiatsu.maryline@gmail.com 0640933730



Shiatsu en Mouvement : Fluidité et précision en Shiatsu

Le Shiatsu est une pratique aux multiples facettes. Dans le style Zen-Shiatsu — et au-delà — il oscille entre immobilité apparente et mobilité fluide. Ce stage de 2 jours vous invite à explorer ces nuances : comment le mouvement, l'écoute, la qualité de contact et le positionnement du corps peuvent transformer l'effet d'un même geste.

Ce stage propose une immersion profonde dans la dynamique du Zen-Shiatsu avec l'exploration technique et énergétique. Un Shiatsu vivant, libre, connecté au souffle et au ressenti : créer de l'espace en soi et pour l'autre, l'essentiel est d'expérimenter.

Au programme :

- Travail en profondeur sur les liaisons et mobilisations pour un toucher plus fluide, un meilleur ancrage et un meilleur confort dans votre pratique ;
- Passage fluide entre les quatre positions de base sans rupture de séance, avec conscience de leurs avantages, limites et particularités ;
- Exploration du rôle de la main yin dans la qualité de contact et l'effet d'un même mouvement ;
- Écoute énergétique en temps réel, à travers les ressentis KYO/JITSU et l'ajustement HO/SHA directement intégré ;
- Utilisation des points XI (points d'urgence) et de certains points de croisement des Merveilleux Vaisseaux pour renforcer l'impact du toucher ;
- Mise en jeu du souffle, de la posture, de la présence, dans un dialogue subtil entre Yin et Yang, immobilité et mouvement, étirement et relâchement.
- Ce stage s'adresse aux praticiens et stagiaires avancés, mais reste accessible à des débutants curieux et sensibles à une approche vivante, intuitive et non protocolaire du Shiatsu.