

# Tui na

avec Eric FLUMIAN

## ***Adultes***

Ensemble de mobilisations articulaires, musculaires et tendineuses, pressions de points d'acupuncture traditionnelles chinoises.

## **Le cours**

Les trois stages proposés à la Prairie sont destinés à des débutants et visent à initier les participants aux techniques de bases de cet art, ainsi que d'apprendre des protocoles spécifiques, par zones du corps, afin d'harmoniser le corps de façon globale, sans rentrer dans des outils de diagnostic. Il s'agit dans ce cadre de simple technique de bien-être et non d'une pratique médicale.

Chacun de ces stages est différent et complémentaire. S'il est vivement conseillé de participer aux trois stages, il sera possible d'intégrer le deuxième et le troisième sans avoir participé au premier.

Le Tui na se pratique sur une autre personne. Les stagiaires seront en alternance, masseurs et massés, et des binômes tournants seront formés afin de s'habituer à exercer sur différents types de morphologies. Chaque stage initiera les participants aux techniques de bases et à l'apprentissage de protocoles complets de massage par zones du corps. Un support pédagogique écrit sera fourni à chaque stagiaire comprenant un descriptif écrit et illustré de chaque protocole.

# Dates & horaires

Le dimanche, de 9h30 à 17h30

*3 STAGES différents et 1 complémentaire*

**Dimanche 9 Janvier 2022** : Apprentissage des techniques de base du Tui Na, Massages du crâne et de la tête, nuque et épaules.

**Dimanche 27 février 2022** : Techniques complémentaires du Tui Na, Massage du dos et des lombes, Massage des membres inférieurs. Quelques techniques de Qi gong complémentaires.

**Dimanche 27 Mars 2022** : Abdomen, épaules et bras. Protocole rapide de massage de tout le corps.

**Stage complémentaire : Dimanche 15 mai 2022** : protocole complet de massage par vibrations, apprentissages de points spécifiques pour gérer stress, insomnie. Patchs magnétiques ? Intégration des nouvelles technique au protocole complet de Tui Na.

## Tarif

Forfait : 175,50 euros / 3 stages + carte adhésion

Forfait : 65 euros / stage + carte adhésion

## Matériel

Prévoir une tenue souple, un bon tapis de sol ou matelas, un oreiller, une couverture ou un duvet, une table de massage (pour ceux qui en possèdent), de l'eau et un pique-nique pour le midi, de quoi prendre des notes.

