

Semaine & Journées Nationales du

# SHIATSU

Lundi 20 et Mercredi 22 mars



## Découvertes Gratuites

De 19h à 22h - Sur Inscription  
École Zen&QiLibre

Lundi : 37 Rue Bancel (1<sup>er</sup>ét.) Lyon 7<sup>e</sup>  
Tram T2 Centre Berthelot, **M** B Jean Macé

Mercredi : 15 Ter rue Louis Adam 69100  
Villeurbanne - **M** A République.

Soins Shiatsu au  
tarif découverte de 40€

Cette semaine là - 9h à 18h - sur R.D.V.

Cabinet Ferlay - Zen&QiLibre

42 rue Professeur Patel

« Les Deux Amants » 69009 Lyon



## Qu'est-ce que le Shiatsu ?

Technique énergétique manuelle venant du Japon, le Shiatsu est avant tout une pratique préventive de santé et un outil de gestion du stress ; il redynamise et apporte le bien-être.

Le Shiatsu est une approche holistique qui considère la personne dans ses dimensions physique, psychique et émotionnelle. C'est une voie d'équilibre particulièrement efficace en accompagnement des troubles physiques et émotionnels et pour tous les maux qui peuvent accompagner notre quotidien.

Issu de la médecine traditionnelle orientale, le Shiatsu (*littéralement : pression des doigts*) est une méthode de régulation du flux énergétique : « *le Ki ou Qi* ». Le soin s'effectue par pression des pouces ou des paumes tout au long des méridiens et sur des points spécifiques d'acupuncture. Le Shiatsu utilise également des étirements et des mobilisations articulaires. Traditionnellement il se pratique au sol sur un tatami ; prévoyez une tenue souple et confortable.

Une résolution votée par le Parlement Européen considère le Shiatsu comme l'une des approches non conventionnelles de santé les plus efficaces.

## Inscriptions

**La participation est gratuite de 19h à 22h** aux centres de formation de l'école Zen&QiLibre. Les soins Shiatsu sont donnés par des élèves en cours d'étude, avec une priorité pour les personnes qui n'en n'ont jamais reçu.

**La participation est à un tarif réduit de 40€ (60€) de 9h à 18h au cabinet professionnel** de Bernard Ferlay, Praticien et Enseignant FFST\*.

**Pour réserver votre séance d'une heure**

**06 72 08 82 77 - [www.zeneqilibre.net](http://www.zeneqilibre.net)**

\* Praticien et École agréée par la

Fédération Française de Shiatsu Traditionnel

*Places limitées ! Inscriptions prises en compte dans l'ordre d'arrivée.*