

# FORMATIONS ZEN&QILIBRE 2017 – LYON



ORGANISATION & INSCRIPTION  
 Bernard Ferlay – Zen&QiLibre  
 42 rue Professeur Patet 69009 Lyon  
 Tél. : 06 72 08 82 77 - 04 78 36 65 97  
 beferlay@sfr.fr – <http://www.zeneqilibre.net>



Stages ou formations se découpant en plusieurs modules pouvant être pris individuellement ou de façons combinées. Animés par Bernard Ferlay, Praticien et Enseignants (FFST<sup>1</sup>-2001), et professionnel de la Relation d'aide (IFPNL<sup>2</sup>-1990).

**Horaires : 9h-12h & 14h-17h** - Le lieu des stages sera précisé ultérieurement.

## Détail des modules été 2017 Descriptif des modules page suivante

*\* Tarif spécial pour les élèves de Zen&QiLibre*

Sam 15/07	Dim 16/07	Lun 17/07	Mar 18/07	Jeu 20/07	Ven 21/07	Sam 22/07	Dim 23/07
Praticien Anma Shiatsu assis sur chaise ergonomique		Modules Do In & Seitai Digipression & Stretching doux		Shiatsu à l'huile (TuiNa)		Sôtai Correction posturale	
N°5		N°6		N°7		N°8	
300 € 260€*		240 €		300 € 260€*		200 € 150€*	
< - - - Combi = <del>500</del> € 420 € - - - >							

Mar 25/07	Jeu 27/07	Ven 28/07	Sam 29/07	Dim 30/07	Sam 26/08	Dim 27/08
Toucher Thérapeutique Magnétisme	Diên Chên (Initiation)	Réflexologie Plantaire et Palmaire			Shiatsu - Initiation & Pratiques tous niveaux	
N°3	N°9	N°10			N°11	
140 € 120€*	140 € 120€*	350 € 300€*			200 € 150€*	
< - - - Combi2 = <del>500</del> € 420 € - - - >						

*En dehors de ces dates, des formations individuelles sont possibles  
 sur une base de 200€/journée ; renseignez-vous...*

Bernard Ferlay  
**Énergétique Orientale**  
 Praticien & Enseignant F.F.S.T. en Shiatsu Traditionnel  
 Relaxation Coréenne & SuJok- Réflexologie plantaire – Diên Chên – Chromathérapie  
**Relation d'Aide**  
 Techniques de Régulation Émotionnelle et Somatique  
 Praticien en Hypnose Ericksonienne & PNL, IMO, Thérapies Psycho-Énergétiques EFT, TAT, méthode Tipi

Organisme de formation enregistré sous le numéro 82 69 11237 69.  
 Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'état.

<sup>1</sup> Fédération Française de Shiatsu Traditionnel

<sup>2</sup> Institut Français de Programmation Neuro Linguistique

## Descriptif des modules de stages proposés en 2017

**Amma : 2 jrs : 15-16/07** - Le Shiatsu assis ou Anma, est une version raccourcie du Shiatsu traditionnel. L'Anma peut être appliqué à tout moment et à toute personne. Moment de détente express (10 à 20 mn), il peut se donner en tout lieu grâce à la mobilité de la chaise ergonomique et au fait de rester habillé pour le recevoir. L'Anma est un remède pour évacuer les tensions accumulées lors d'une journée de travail. Quelques techniques où le receveur est assis au sol seront aussi abordées.

**Toucher Thérapeutique : 25/07 : 1 jr** : Le Toucher Thérapeutique, est une technique fluide offrant au corps la possibilité de retrouver un état d'harmonie. C'est une procédure de libération, de rééquilibrage énergétique. Il en résulte une amélioration de nombreux symptômes qu'ils soient physique ou psychique. Le Toucher Thérapeutique est une interprétation contemporaine de plusieurs pratiques ancestrales : Magnétisme, Polarité ou Reiki.

**Modules Do-In et Seitai : 17-18/07 : 2 jrs** : Pour une pratique autonome de bien-être au quotidien. Hérité des arts martiaux et des pratiques d'éveil des moines, le Do-In (*à l'origine Tao-Yin*) consiste à stimuler soi-même le Qi dans ses méridiens pour un rééquilibrage énergétique des organes du corps. Lié à la respiration, le Do-In intègre des exercices de conduction du Qi, des postures d'étirements et de la méditation. Les étirements abordés ici seront issus des techniques de Seitai, et visent à stimuler le Qi dans certaines régions engourdis du corps afin de détendre ces espaces manquant de vitalité.

**Initiation Shiatsu à l'Huile - TuiNa AnMo: 20-21/07 : 2 jrs** : *Tui* signifie «pousser» et *Na*, «saisir». Ce sont les deux types de manipulations les plus souvent utilisées dans ce massage traditionnel oriental. Le terme *AnMo*, signifiant «appuyer» (*an*) et «frotter» (*mo*), y est souvent associé, car ces deux mouvements sont également intégrés dans cette technique, qui se rapproche alors d'un Shiatsu à l'huile. Le praticien utilise une grande diversité de manipulations variant selon les zones à traiter. Il utilise des mobilisations, des pressions et des glissements le long des Méridiens, des percussions, qu'il exécute avec ses doigts, paume, poignet, avant-bras ou coude. Il s'agit avant tout d'une pratique de bien-être.

**Initiation Sôtaï : 22-23/07 : 2 jrs** : En complément à la pratique du shiatsu. Découvrir le Sôtaï, méthode douce visant à éliminer les tensions musculaires et la déformation posturale. Tout d'abord apprentissages de techniques en toute autonomie, puis d'exercices à deux basés sur un mouvement aisé du receveur au cours duquel le praticien exerce une légère opposition.

**Initiation au Diên Châm : 27/07 : 1 jr** : Apprenez à soulager vous-même vos maux et douleurs quotidiennes avec une méthode vietnamienne naturelle ! Le Diên Châm ou Multi-Réflexologie Faciale, est une approche visant à mobiliser les processus d'auto-guérison du corps par la stimulation de zones et de points réflexes. C'est le visage qui est la zone réflexogène privilégiée. Le Diên Châm a été élaboré par le Dr Professeur Bui Quốc Châu.

**Réflexologie Plantaire & Palmaire : 28-29-30/07 : 3 jrs** : La Réflexologie a pour buts essentiels de relaxer le corps par la détente des pieds et des mains. La stimulation de nombreuses terminaisons nerveuses, zones réflexes, permet de libérer les tensions et de rétablir l'équilibre dans les parties du corps correspondantes. Son action touche l'ensemble des systèmes : nerveux, lymphatique, sanguin, endocrinien, les organes et les articulations. La Réflexologie Plantaire Chinoise sera étudiée lors des 2 premiers jours et la Réflexologie Palmaire lors de la dernière journée ; une introduction au *SuJok (méthode coréenne)* sera abordée sur les mains.

**Shiatsu - Initiation & Pratique tous niveaux : 26-27/08 : 2 jrs** : *Pour l'initiation*, découvrir le travail du dos, du couple tête/nuque, des membres et enfin des pieds dans le cadre du "Shiatsu Familial". Pour les *stagiaires avancées* dans leur pratique ; Shiatsu de côté approfondi et Ampuku (travail sur l'abdomen) ; d'autres modules pourront être abordés.



# BULLETIN D'INSCRIPTION CONTRACTUEL Zen&QiLibre

Lire attentivement les conditions et modalités ci-après ; merci de remplir en lettre capitale le bulletin.  
Signer et renvoyer ce bulletin (gardez une copie) à Zen&QiLibre avec votre chèque de règlement.



**Intitulé(s) formation(s) et N° module(s) ou combinaison(s) (stages été) :** \_\_\_\_\_

Mme  Mlle  M.

**Nom :** \_\_\_\_\_ **Prénom :** \_\_\_\_\_

**Adresse :** \_\_\_\_\_

**C.P. :** \_\_\_\_\_ **Ville :** \_\_\_\_\_ **Pays :** \_\_\_\_\_

**Tél. fixe :** \_\_\_\_\_ **Tél. portable :** \_\_\_\_\_

**E-mail @ :** \_\_\_\_\_

## Conditions & Modalités :

Vous devrez prévoir de quoi noter les informations transmises. Les photos, enregistrements audio/vidéo ne sont pas autorisés pendant les cours. Des documents vous sont fournis en compléments selon les stages.

Vous êtes définitivement inscrit après réception de ce bulletin d'inscription lisiblement complété, accompagné de votre **chèque à l'ordre de Bernard Ferlay** (en fonction de l'option choisie : N°1, N°2 ou N°3).

Après avoir commencé la formation, vous vous engagez à suivre l'intégralité de la formation prévue. En cas d'abandon ou d'absence au cours du stage, le coût de la formation resterait dû.

## Préinscription & Paiement :

**Option N°1 :** Règlement par chèque de banque d'un **montant de 50% du coût total** (*arrondissez !*) non remboursable en cas de désistement (arrhes). Le solde sera réglé le premier jour du stage.

**Option N°2 :** Mode de paiement par **chèque bancaire d'un montant du coût total**.

**Option N°3 :** Règlement en **espèces le jour du stage**. Il est alors obligatoire d'envoyer avec ce bulletin un chèque bancaire d'un montant égal à 50% (arrondissez) du coût total, non remboursable en cas de désistement (arrhes). Celui-ci sera échangé le premier jour du stage, contre le règlement complet en espèces.

En cas d'inscription dans les 15 jours précédant la formation, seules les Option N°2 ou N°3 sont possibles.

Pour les options N°2 ou N°3, en cas de désistement 1 mois avant le début de la formation le remboursement intégral sera fait ; **puis** en cas de désistement **avant** les 15 jours qui précèdent le début de la formation, 50% du coût de la formation sera retenu ; en cas de désistement **dans** les 15 jours qui précèdent le début de la formation, la totalité de la formation reste acquise et l'encaissement sera réalisé.

Si vous souhaitez bénéficier d'un arrangement, contactez-moi ; nous trouverons ensemble la meilleure solution.

Option N° : \_\_\_\_\_ Banque : \_\_\_\_\_ Chèque N° \_\_\_\_\_

Fait le \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_

Signature

Mention manuscrite obligatoire :

« lu et approuvé »