

WATSU

T R A V A I L C O R P O R E L
A Q U A T I Q U E

COURS WATSU® BASIC À GENÈVE

Avec Xavier Boisson

Formateur agréé W.A.B.A. (Worldwide Aquatic Bodywork Association)

Cours certifié par Waba et Watsu France

LE WATSU® “WATER - SHIATSU”

TECHNIQUE UNIQUE ET AVANT GARDISTE PARCE QU'ELLE UTILISE L'EAU COMME MOYEN DE MASSAGE

Le contact avec l'eau chaude, et la liberté des mouvements, fait de ce massage l'un des plus relaxants parmi tous les massages existant.

Le Watsu est l'union de deux mots, deux ambiances et deux techniques. Il combine harmonieusement la technique Japonaise du zen shiatsu et l'ambiance aquatique, par le biais d'un massage flottant.

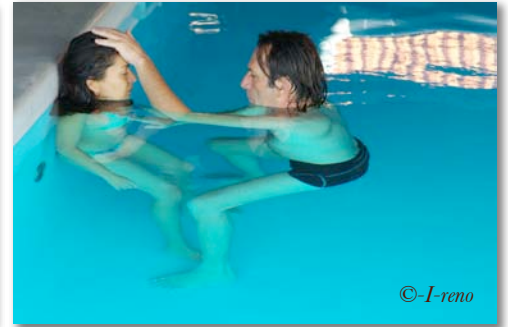
C'est une technique qui est empreinte d'écoute et de douceur. Elle est pratiquée dans de l'eau chaude, 35° environ. Elle combine massages, bercements, étirements musculaires, pressions sur des méridiens et travail sur la respiration. Elle a pour but de rétablir un rééquilibrage énergétique puissant, ainsi que d'accéder à une relaxation et un bien-être profond.

C'est une belle occasion pour se découvrir... et explorer un état de conscience originel.

Le Watsu est reconnu comme étant un des plus profonds travail corporel de notre temps, donnant au praticien et au client, un nouveau niveau de conscience qui implique tout notre être.

Un véritable art aquatique !

WATSU



Les origines du WATSU

Cette technique a été créée aux USA, plus exactement dans le nord de la Californie, par le poète Harold Dull.

Ce travail corporel aquatique commença en 1980 quand Harold Dull commença à appliquer le principe de Zen Shiatsu en faisant flotter des gens dans la piscine de Harbin. Il a gagné rapidement en popularité et s'est étendu en Europe, en Amérique latine et finalement dans le monde entier. Pendant les années qui suivirent avec l'aide d'enseignants, de professionnels de branches variées et un nombre incalculable de cours dans les Spas et les cliniques du monde entier, le Watsu a évolué en ce que beaucoup pense être le développement de travail corporel le plus abouti de notre époque.

De plus en plus de Spa trouvent que leur clientèle est attirée par ce soin, tant pour la réduction du stress que par son potentiel de développement personnel.

Le Watsu peut avoir un effet à tous les niveaux de l'être.

Il peut aider à relâcher des traumatismes qui ont été gardés pendant des années.

“Etre soutenu au niveau du coeur et connecté avec sa respiration, ceci peut aider le coeur à relâcher des émotions que le mental a ressassé ou réprimé pendant des années, et les laisser disparaître dans la fluidité.”

-Harold Dull-

Ces bienfaits

Au niveau physique, le travail de l'eau chaude durant une séance contribue à dénouer les tensions, et à libérer les articulations.

Ce travail de l'eau va également aider à libérer la colonne vertébrale en soulageant les vertèbres du poids qu'elles supportent habituellement. Cela va permettre aux muscles de se détendre en profondeur, et de parvenir à une complète détente.

Les effets bénéfiques du Watsu ont été prouvés dans les cas de :

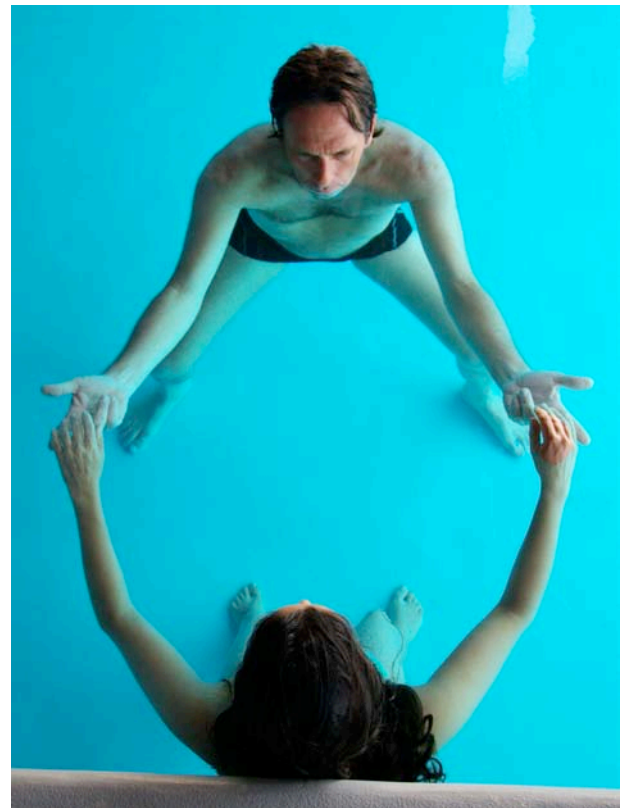
- douleurs dorsales et musculaires
- tensions physiques et psychiques
- troubles du sommeil
- déprime
- désordres neuro-musculaires
- fatigue
- maux de tête chroniques
- autres symptômes de stress

Il a été remarqué aussi une nette amélioration de la posture corporelle, ainsi qu'une conscience du corps renforcée.

Le Watsu est propice à l'introspection et au changement...

A un niveau plus subtil, être dans l'eau chaude va amener un apaisement de l'esprit et va faire émerger un sentiment de sécurité et de liberté.

Le Watsu permet à de nombreuses personnes de se découvrir dans leur profondeur, de redécouvrir le contact avec l'autre, la sensibilité du toucher, et il peut aussi permettre de libérer des émotions et des énergies refoulées.



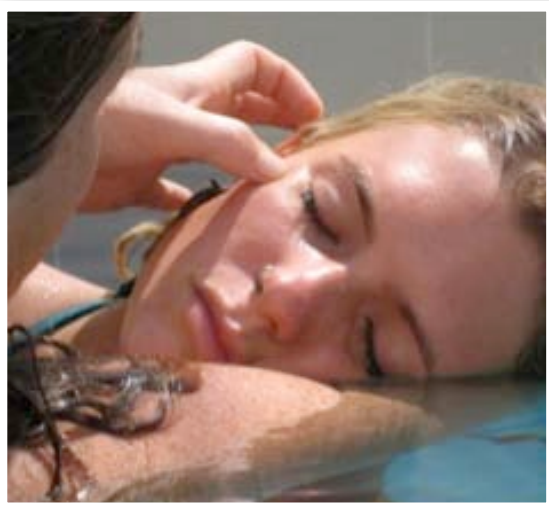
WATSU BASIC

Ce séminaire de base s'adresse à toute personne qui désire aller à la rencontre de soi-même et des autres. C'est aussi le point de départ de la formation en travail corporel aquatique. Ce cours est ouvert à tous, aucune expérience préalable n'est requise.

Ce premier niveau du parcours de formation au Watsu est orienté vers une découverte expérientielle du monde de la thérapie en eau chaude.

Nous allons bien sûr apprendre à donner une simple séquence pendant ces deux journées mais notre attention se portera principalement sur les ressentis du receveur comme sur ceux du donneur, et pour ce faire vous jouerez les deux rôles alternativement. Nous allons y aborder différentes approches nous permettant de placer la relation avec l'autre dans le "ici et maintenant", tout en focalisant nos démarches pour favoriser notre positionnement dans le "être avec une personne" par rapport à "faire quelque chose à quelqu'un".

Nous allons également découvrir comment l'eau peut intervenir en tant que médiateur entre les êtres humains et toute la puissance que cela donne à notre travail.



Vivre un moment de paix et de relâchement total du corps et de l'esprit... telle est la poésie du mouvement !

Ce cours de formation vous permettra d'acquérir les bases de ce merveilleux travail corporel aquatique et de découvrir la magie du monde de l'eau chaude

WATSU BASIC

WATSU BASIC À GENÈVE

24 & 25 MARS 2012

Avec Xavier Boisson

Formateur agréé W.A.B.A. (Worldwide Aquatic Bodywork Association)

Cours certifié par Waba et Watsu France

Certification

À la fin de la formation, un certificat reconnu par Waba sera remis aux étudiants et sera comptabilisé pour 16 heures dans la formation de praticien de Watsu et de Tantsu reconnues au niveau international.

Lieu

Le séminaire aura lieu à la Fondation ClairBois - Avenue du Petit Lancy 7
1213 Petit-Lancy.

Dates & Horaires

La formation débutera le samedi 24 mars à 9H00 et se terminera le dimanche 25 mars à 19H00.

Coût du stage

Le montant du stage s'élève à 380 FRS - frais de piscine inclus.
Le transport, l'hébergement et les repas restent à votre charge.

Inscription

Votre inscription sera «confirmée dès réception du formulaire d'inscription ci-joint et d'un virement de 120 FRS, avant le 10 Mars 2012. Le groupe est ouvert à un minimum de 4 personnes jusqu'à un maximum de 6 personnes.

Contact

Pour les inscriptions ou tout renseignement complémentaire
Natacha Schönenberger
+4176 221 92 26
+33 612 76 77 16
zaphira11@gmail.com

FICHE D'INSCRIPTION

WATSU BASIC 24 & 25 Mars 2012 - GENEVE

Nom :

Prénom :

Adresse postale :

Adresse électronique :

Tél. mobile :

Tél. fixe :

Expérience personnelle :

Expérience dans le travail corporel :

Conditions médicales :

Situation particulière :

Je soussigné(e)....., certifie avoir pris connaissance du contenu du cours auquel je souhaite m'inscrire et des conditions pour y assister, ainsi que des conséquences d'une éventuelle annulation de ma part.

Signature :

PRECAUTIONS OU CONTRE INDICATIONS :

Infections urinaires, problèmes cardiaques et artériels, angines récurrentes, tension artérielle, incontinence, allergie chlorique, bromique, problèmes d'oreilles, diabète, maladies contagieuses, plaies ouvertes, inflammations aigus, sinusite.

Votre inscription sera confirmée dès réception de ce formulaire d'inscription et d'un virement de 120 FRS, avant le 10 Mars 2012. Le solde du paiement vous sera demandé à votre arrivée sur place. En cas d'annulation du stage par l'organisateur, ces arrhes vous seront intégralement remboursées, en cas de désistement de votre part elles seront conservées par l'organisateur à titre d'indemnité.

Les cours se dérouleront dans une piscine privée équipée d'un bassin d'eau chaude à 35°, *indispensable pour le travail aquatique et d'une salle spécialement équipée pour le travail au sol.* Prévoir maillot, serviette de bain.

Pour ceux qui ont déjà suivi ce cours, vous bénéficierez d'un escompte de 50% sur les frais d'enseignement sous réserve d'en être avertis au moment de votre inscription.

Merci de bien vouloir nous informer de votre venue par mail ou par téléphone et de nous le confirmer obligatoirement par courrier en nous retournant le fiche d'inscription ci-dessous à :

Natacha Schönenberger
64 route de Montfleury
1214 Vernier

IBAN : CH04 0900 0000 1221 4509 3