



## École de **Shiatsu** Thérapeutique

Bernard Bouheret

### "L'art du geste dans le Sei Shiatsu Dô "

Enseignement dispensé par Bernard Bouheret

**Cycle 2024/2025**



© Christophe Maître

**Ce cycle de formation est accessible  
aux élèves EST à partir de la 2<sup>ème</sup> année  
et aux autres styles et écoles de Shiatsu (\*)**

Elles sont le fruit d'une longue expérience en cabinet, à genoux sur le Zafu.  
Elles aideront chacune et chacun à devenir un(e) praticien(ne) complet(e) au service du plus beau Shiatsu.

*(\*) sous réserve qu'une pratique de Shiatsu soit déjà bien acquise*

## THEMES DES JOURNEES :

- Journée 1**      **L'effet Meiken dans le Shiatsu**  
Application dans la pratique du Shiatsu ou comment réguler cet effet rebond au quotidien. Stratégies adaptées. **Théorie et pratique**
- Journée 2**      **Effet Meiken N°2**  
Journée 2 dans la même veine que la N°1 avec d'autres stratégies adaptées. **Théorie et pratique**
- Journée 3**      **Prise des pouls et apprentissage des tests**  
pour valider toutes les substances : plantes, huiles essentielles, médicaments...**Théorie et pratique**
- Journée 4**      **Le Shiatsu dans tous ses éclats**  
Apprentissage du lâcher- prise dans la pratique/ Exploration, intuition, créativité, bouger, ne plus bouger...**Uniquement pratique**
- Journée 5**      **L'art des enchainements dans la pratique du Shiatsu**  
ou comment donner un soin de Souffle comme un calligraphe et son pinceau. Gestes déployés, descendre le fleuve des méridiens, ne pas entraver le flux perpétuel. **Uniquement pratique**
- Journée 6**      **Shiatsu et Méditation ; incontournable**  
Comment partir de l'espace intérieur pacifié pour donner un soin bienveillant et éclairé.

## DATES :

Journée	Groupe A	Groupe B
<b>J1</b>	18/10/2024	15/11/2024
<b>J2</b>	22/11/2024	17/01/2025
<b>J3</b>	10/01/2025	07/02/2025
<b>J4</b>	14/02/2025	07/03/2025
<b>J5</b>	09/05/2025	04/04/2025
<b>J6</b>	20/06/2025	13/06/2025

**LIEU :**                    **92bis Bd du Montparnasse – 75014 PARIS**

**HORAIRES :**    **Accueil : 10 h**  
                          **Journée : 10h30 - 13h15 et 14h45 - 17h45**

La journée débute par un Qi Gong, merci donc d'arriver au plus tard 20 mn avant l'horaire de début pour ne pas perturber le Qi Gong, **d'autant plus si vous n'avez pas réglé à l'avance.**

## **TARIFS :**

- **Elèves EST : 65 € par journée**  
Tarif applicable aux **Adhérents AIST ou UFPST** à jour de leur cotisation pour l'année en cours
- **Tarif réduit « EST - Cycle complet – 6 journées » : 360 €**  
(uniquement si règlement en 1 fois en début de cycle, pour Elèves EST, Adh. AIST et UFPST)
- **Tarif public : 85 euros par journée / 500 €** pour le cycle complet <sup>(\*)</sup>
- **Tarif convention : 90 euros par journée**  
pour règlement par un organisme tiers (employeur ou organisme de financement)

## **INSCRIPTION :**

### **1. INSCRIPTION OBLIGATOIRE EN LIGNE :**

**[Lien INSCRIPTION - Journées ART DU GESTE - Cycles 2024-25](#)**

**L'effectif maximum est fixé à 50 participants**, pour permettre une qualité de pratique satisfaisante.

*Les places seront attribuées dans l'ordre d'inscription sur le formulaire en ligne.*

***Seules les personnes inscrites en ligne pourront être acceptées lors des sessions.***

*Le nombre de place étant restreint, et beaucoup plus faible que la demande, nous serons très attentifs aux désistements trop tardifs pour que la place réservée puisse profiter à quelqu'un d'autre.*

***Une place réservée non utilisée ou libérée trop tard pour qu'elle puisse profiter à une autre personne, restera due et vous rendra non prioritaire pour les journées suivantes.***

## 2. PAIEMENT

- **Règlement par chèque à l'ordre de EST - Bernard BOUHERET**

à envoyer **avant** les journées (pour gagner du temps à l'accueil)

à : **EST-Administration - Françoise VARENNE**  
**6, rue de l'Hôpital Saint-Louis – 75010 PARIS**

- **Règlement par virement :**

IBAN : **FR76 3000 4007 5900 0102 6892 458**

BIC : **BNPAFRPPXXX**

- **précisez dans l'objet de votre virement**, votre NOM et « ArtG » pour « Art du Geste » – et le N° de la journée concernée (ex « ArtG-J2 » ou « ArtG-Cycle »)
- **et envoyez votre preuve de virement** à [administration@shiatsu-est.org](mailto:administration@shiatsu-est.org).

- **Règlement sur place (chèque ou espèces)**

dans ce cas merci :

- d'arriver vraiment en avance pour ne pas retarder le début de la journée et perturber le Qi Gong
- d'avoir préparé votre règlement à l'avance (chèque rempli et espèces dans une enveloppe avec votre nom dessus)

