

MEMBER OF



Thai Healing Alliance

ÉCOLE du CENTRE TAO

Agréée par la FEQGAE pour la formation de professeurs de
QIGONG
et par la "Ong's Massage School" pour le massage thaïlandais

2 Chemin des Cours, 37270 Montlouis sur Loire



STAGE de Massage Bien-être et Esthétique



GUA SHA et JADE ROLLER



les 21 et 22 novembre 2020 à Tours¹

Avec Philippe ASPE, Professeur diplômé de « *Traditional Thai Massage course (380H00)* », par l'école « *Ong's Thai Massage School* » de Chiang Mai en Thaïlande.
Diplôme validé par le ministère thaïlandais de l'éducation.

Le Gua Sha en quelques mots :

Le Gua Sha 刮痧 est une méthode ancestrale issue des techniques chinoises de massages traditionnels. Le terme « Gua Sha » peut être traduit par « grattage pour libérer les stases (sanguines et énergétiques) ». Cette technique est traditionnellement utilisée en cas de douleurs musculaires, affections respiratoires, etc.

¹. Le stage pourra se dérouler à Tours, Joué les Tours ou Saint Cyr sur Loire. Adresse précisée à l'inscription.

Les bienfaits esthétiques du Gua Sha et du Jade Roller sur le visage :

Selon la médecine traditionnelle chinoise :

- Détoxine (expulsion des énergies pathogènes ou *xieqi*) ;
- Action antitoxines par stimulation du réseau lymphatique ;
- Diminue les poches et cernes sous les yeux ;
- Effet défatiguant : atténue les marques de fatigue ;
- Raffermit la peau ;
- Adoucit la peau ;
- Libère les blocages énergétiques (*sha*) ;
- Action énergétique par stimulation des méridiens et points d'acupuncture situés sur le visage.
- Soulage certaines douleurs ;
- Facilite la circulation de l'énergie vitale (*Qi*) pour un bon fonctionnement des organes (*Zang Fu*) ;
- Chasse la fatigue.



Les bienfaits énergétiques et bien-être du Gua Sha sur le corps :

Selon la médecine traditionnelle chinoise

- Libère les blocages énergétiques (*sha*) ;
- Action énergétique sur tous les systèmes par stimulation des méridiens et points d'acupuncture situés sur le tout le corps ;
- Soulage les douleurs ;
- Effet bien-être relaxant ;
- Facilite la circulation de l'énergie vitale (*Qi*) pour un bon fonctionnement des organes (*Zang Fu*) ;
- Action antitoxines par stimulation du réseau lymphatique ;
- Action raffermissante sur les membres.

L'objectif de ce stage :

Ce stage vous enseignera les techniques d'un massage bien-être Gua Sha et Jade Roller de trente minutes à une heure que vous pourrez réaliser à votre clientèle, à vos amis, ou à votre famille.

Le déroulement du stage :

- Le stage débutera par une présentation de chacun : son expérience du massage, sa profession, son attente par rapport à ce stage.
- Les deux jours du stage se feront en suivant le même rythme : présentation d'une technique et travail par deux, correction des gestes et du rythme, puis à nouveau entraînement.
- **Chaque journée débutera par trente minutes de Yoga Thaï et le salut traditionnel.**

Le détail de l'enseignement :

- La théorie générale sur l'utilisation du Gua Sha ;
- Les différentes sortes de Gua Sha (en pierre, en bois, en corne, en métal, etc.) ;
- Salut ;
- Le Gua Sha du visage (23 lignes) ;
- Le Gua Sha de la tête (5 étapes) ;
- Le Gua Sha du dos (5 étapes) ;
- Le Gua Sha de l'arrière des jambes et des pieds (7 étapes) ;
- Le Gua Sha de la poitrine et de l'abdomen (4 étapes) ;
- Le Gua Sha des bras et mains (9 étapes) ;
- Le Gua Sha de l'avant des jambes et des pieds (9 étapes) ;
- Le Gua Sha detox, uniquement sur le dos (pas obligatoire) ;
- Salut.
- Une **brochure avec photos** sera donnée à tous les stagiaires ainsi qu'un Gua Sha et un Jade Roller. La brochure reprend les points clés de chacune des étapes du massage Gua Sha vu pendant le stage. Un temps de **prise de notes** est laissé aux stagiaires pour compléter leur livret avec leurs propres mots.



À savoir :

- La première méthode enseignée (Gua Sha du visage et du corps) ne laisse pas de traces sur la peau. Elle peut être pratiquée sans aucun risques. Le Gua Sha est appliqué avec douceur à travers un vêtement léger ou une serviette.
- La deuxième méthode enseignée (Gua Sha du dos à même la peau) laisse des traces pendant deux à trois jours (comme les ventouses). Il n'y a pas d'obligation à pratiquer cette deuxième méthode.

Il n'est pas autorisé de prendre des photos, de filmer ou d'enregistrer les cours.

Le Certificat de Stage : à l'issue du stage, **un certificat sera remis à tous les stagiaires.**

Le parcours du professeur Philippe ASPE :

Il a commencé par enseigner le « zen shiatsu » à la fin des années 1980 via le *dojo zen* de Tours. Il s'est ensuite formé à la naturopathie, puis à la médecine chinoise. Il pratique le massage thaïlandais depuis plus d'une dizaine d'années et se perfectionne en permanence en se rendant chaque année en Thaïlande dans l'école de massage « [Onq's school](#) ». Il est titulaire du certificat de massage thaïlandais professionnel, représentant 380H00 de formation. Il enseigne également le Qigong depuis la fin des années 1980.

Les horaires du stage :

Samedi de 13H30 à 18H30 ;

Dimanche de 9H30/12H30 et 14H00/17H00, horaires donnés à titre indicatif.

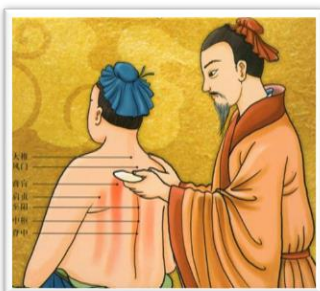
Le Lieu du stage : à Tours ou agglomération. Adresse précisée à l'inscription.

Les Tarifs :

- 249€ pour les particuliers : règlement possible en **deux chèques** remis à l'inscription ou via **PayPal** (paypal.me/CentreTao), ou par **virement bancaire** (nous demander un RIB).
 - 349€ pour les règlements par : entreprises, CE, associations et dans le cadre de la **Formation Professionnelle Continue**.
 - Nous ne sommes pas assujettis à la TVA.
 - Il faut ajouter 25€ pour l'adhésion annuelle obligatoire à l'association "École du Centre Tao", par chèque séparé (sauf si déjà adhérent).
- Le matériel à fournir par vos soins : deux serviettes (une grande et une petite). Un tapis de sol. Facultatif : un coussin. Si vous avez une **table de massage**, apportez-la.

Conditions générales d'inscription :

- Un certificat médical de « non contre-indication à la pratique du massage thaïlandais et du yoga » est obligatoire. Pensez à le demander à votre médecin traitant dès que possible.
- Règlement : en 2 chèques possible mais à joindre à l'inscription. Dates de retrait précisées au dos de chaque chèque (un mois d'intervalle maximum).
- Une photo d'identité couleur récente.
- Facture : écrivez au dos de votre chèque si vous en voulez une.
- **Annulation** : en cas d'annulation supérieure à 30 jours il sera conservé 50% pour les frais de réservation et de secrétariat sauf pour raison médicale et par l'envoi d'un certificat médical en lettre recommandée avec AR.
- Si l'annulation à lieu moins de 30 jours avant le stage il ne sera procédé à aucun remboursement sauf pour raison médicale et par l'envoi d'un certificat médical en lettre recommandée avec AR. Une autre personne de votre choix pourra toutefois profiter de votre inscription.
- **Important** : Les indications mentionnées dans ce programme relèvent de la médecine traditionnelle chinoise et pas de la médecine occidentale. Le Gua Sha n'est pas une technique médicale en France. Les personnes malades doivent impérativement consulter leur médecin. Les techniques enseignées lors de ce stage sont à visées purement esthétique et de bien-être.



Page à retourner à :
« École du Centre Tao, chez Mme Masvaleix, 2 Chemin des Cours, 37270 Montlouis/Loire »

Décharge de Responsabilité

Je, soussigné(e),, déclare être titulaire d'une assurance responsabilité civile me couvrant dans la pratique du sport amateur et du massage bien-être.

Par la présente, j'indique que je décharge les organisateurs et leurs collaborateurs de toute responsabilité et de tous recours légal pour ce qui pourrait advenir en cas d'accident, de blessure, maladie, décès, dommage à ma personne au cours de ce stage, y compris d'éventuelles demandes de remboursements ou d'indemnités. J'assume toute responsabilité à titre personnel, non seulement pour moi-même mais aussi pour mes successeurs, mes assistants, représentants ou mandataires ne pouvant en mon nom attaquer juridiquement les structures organisatrices, leurs soutiens ou collaborateurs. J'accepte et respecte toutes les règles définies par le règlement intérieur de l'École du Centre Tao.

J'accepte que toutes les activités liées à ce stage soient filmées, photographiées et diffusées sur quelque média que ce soit. Je suis d'accord pour que l'École du Centre Tao utilise partiellement ou en totalité mon image, ma voix, mes gestes ou mes photos sur des supports ou vecteurs audio-visuels et je ne leur demanderai aucun frais, indemnité ou dédommagement.

Je déclare que j'ai bien compris le contenu mentionné ci-dessus.

Mentionner « lu et approuvé », dater et signer

Date :

Signature du participant

-----BULLETIN D'INSCRIPTION-----

- Nom : Prénom : Né-e le :
- Adresse :
- CP : Ville :
- Tél. portable : Mail (en MAJ SVP) :

- NB : Certificat médical obligatoire + 1 photo d'identité couleur récente (sauf si déjà adhérent).
- Paiement : chèques / virement / PayPal (entourer votre choix)
- Chèques pour le **stage** à l'ordre de "**Centre Tao**".
- Chèque de 25€ d'**adhésion** à l'ordre de "**École du Centre Tao**" (sauf si déjà adhérent).

Je m'inscris au stage de **Gua Sha** des **21 et 22 novembre 2020**
et déclare approuver les conditions générales d'inscription.

Date et signature :

