

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

16 route de Vernou, 37210 Vouvray (adresse postale)



STAGE de Massage Bien-être et Esthétique



GUA SHA et JADE ROLLER



à Tours, les 9 et 10 Mars 2024

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 asiatiques de massages traditionnels populaires et savants. Le terme chinois « Gua Sha » peut être traduit par « grattage pour libérer les stases (sanguines et énergétiques) » ou les toxines. *Sha* désigne aussi les marques résultant du grattage. Les outils de Guasha servent à expulser les toxines (*sha*).

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 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.
- Les deux jours du stage se dérouleront 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 une petite séance 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.) ;
- Le Gua Sha du visage ;
- Le Gua Sha de la tête ;
- Le Gua Sha du dos ;
- Le Gua Sha de l'arrière des jambes et des pieds ;
- Le Gua Sha de la poitrine et de l'abdomen ;
- Le Gua Sha des bras et mains ;
- Le Gua Sha de l'avant des jambes et des pieds ;
- Le Gua Sha *detox*, uniquement sur le dos ;
- 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 vus pendant le stage. Un temps de **prise de notes** est laissé aux stagiaires.

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 facilement. Le Gua Sha est appliqué avec douceur sur la peau ou 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 méthode.

Photos et vidéos : sur demande auprès du formateur.

Certificat de Stage

À l'issue du stage, **un certificat en Gua Sha sera remis à tous les stagiaires.**

Le parcours du formateur : *Philippe ASPE*

Il a commencé par enseigner le « zen shiatsu » à la fin des années 1980 et s'est ensuite formé à la naturopathie puis à la médecine chinoise. Il pratique le massage thaïlandais depuis plus d'une quinzaine d'années et se perfectionne en permanence en se rendant chaque année en Thaïlande dans l'école de massage « [Ong'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.

Ce stage est un partenariat entre l'Association École du Centre Tao (SIRET 904 962 271 00014 APE 85.51Z) et Philippe Aspe (SIRET 415287 051 00049 APE 85594), autoentrepreneur autorisé à encaisser des chèques à son nom.

Horaires du stage (donnés à titre indicatif)

Samedi de 9H30 à 12H30 et de 14H00 à 18H00 ;
Dimanche de 9H30 à 12H30 et de 14H00 à 17H00.

Le Lieu du stage : à Tours, St Cyr sur Loire ou agglomération. Adresse précisée à l'inscription. Possibilité de manger et/ou dormir sur place à tarif modique.

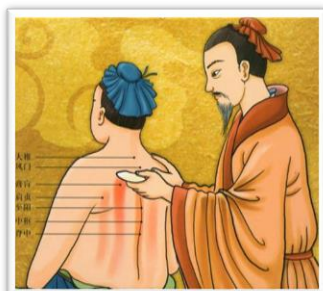
Tarifs (non assujettis TVA)

- 429€ pour les particuliers et AE : règlement possible en **trois chèques** remis à l'inscription ou par **virement bancaire** (nous demander un RIB).
- 519€ pour les **Sociétés (SASU, EIRL, etc.) et associations**.
- Il faut ajouter **25€ pour l'adhésion** annuelle obligatoire à l'association "École du Centre Tao", par chèque séparé (sauf si déjà adhérent).
- Nous ne sommes pas agréés CPF.

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 ou bien complétez la **Décharge de responsabilité** (en dernière page).
- **Règlement** : en 3 chèques possible, 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 150€ 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 éducative, esthétique et de bien-être.



Page à retourner par courrier postal ou par email à : ecoleducentretao@live.fr
« Philippe Aspe, 2 le Mont Carré, 18260 Subligny »

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 le formateur et/ou l'École du Centre Tao utilisent 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) :
- Certificat médical ou décharge + 1 photo d'identité couleur récente (sauf si déjà donné).
- Règlement : chèques / virement (entourer votre choix)
- Chèques pour le **stage** à l'ordre de "**Philippe Aspe**".
- Chèque de 25€ d'**adhésion** annuelle à l'ordre de "**École du Centre Tao**" (sauf si déjà adhérent).

Je m'inscris au stage de **Gua Sha** Esthétique et Bien-Être des **9/10 mars 2024 en Touraine**
et déclare approuver les conditions générales d'inscription.

Date et signature :