

LE STAGE

Transmettre une conception globale du corps, et l'autonomie envers sa santé.
L'accent est mis sur l'attention à soi et l'écoute du ressenti.

LA PROPOSITION :

Les bases de l'Energétique Chinoise, les 5 Saisons, le Yin-Yang.
Pratique de l'auto-shiatsu, relaxation, étirements, mouvements
Art de vivre, hygiène de vie.

LA VIE DU STAGE : LA CONVIVIALITE

Le stage se situe dans une démarche de bien-être, d'éveil du corps et de convivialité en harmonie avec l'ambiance conviviale du Village.

Extérieurs acceptés dans la limite des places disponibles.

LE LIEU : LA SERENITE

Roquebrune est un trait d'union entre l'Estérel et les Maures.
Verdon, forêts, maquis, hauts lieux culturels inspirent le calme.
A 15km des plages, le Var est aussi riche de ses ports et îles.

LE VILLAGE DE VACANCES RENOUVEAU

En retrait du littoral, « La Bouverie » est une oasis de calme et de verdure.
Le lieu est propice à la découverte des Maures, de l'Estérel, du littoral.
Sur place, piscine, courts de tennis, nombreux équipements de loisir.

L'HEBERGEMENT ET RESTAURATION

Pension ou ½ pension dans le village de vacances – Réservation: 04 79 75 75 75

L'ACCES

Par route : A8; Par rail: gare SNCF de St Raphaël (se renseigner à l'accueil)

LE FORMATEUR

Marcel Dominiak, Praticien-Enseignant SHIATSU accrédité FFST

Formé en France et en clinique de médecine orientale à TOKYO

Formé en Energétique Chinoise à la SFERE



INITIATION AUTO-SHIATSU

BIEN VIVRE SON CORPS POUR MIEUX ETRE

SAMEDI 5 AU SAMEDI 12 MAI 2012

ROQUEBRUNE SUR ARGENS - VAR

Formateur : Marcel DOMINIAK

S'ouvrir à l'Energétique Chinoise et aux énergies organiques du corps.
Chaque séance alterne l'éveil à cette approche et la pratique.
Stage ouvert à tous adultes.

Renseignements, contenu et programme du stage:
06 86 67 40 03 Email : mdominiak@wanadoo.fr

LIEU : Village de Vacances RENOUVEAU « La Bouverie »
83 520 Roquebrune sur Argens www.renouveau-vacances.fr

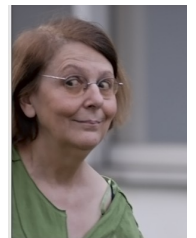
STAGE DE 9H30 A 12H00 DU LUNDI AU VENDREDI

Ouvert aux résidents Renouveau et aux Extérieurs

PRIX RESIDENTS RENOUVEAU : 50€ / EXTERIEURS : 100€

Réservation pour extérieurs au Village Renouveau TÉL : 04 94 19 61 61

« BIEN-ETRE - FORMATION - CONVIVIALITE »



Outil de bonne santé, le Shiatsu favorise la circulation des énergies dans le corps et stimule les défenses naturelles de l'organisme.