

Stage de Digitopuncture et de soins populaires chinois

Samedi 29 septembre 2018 ~ 1^{er} juin 2019 (10 séances) 14h30*~ 19h.

.....

L'objectif de ce stage de Digitopuncture (dit An-Mùo ou Tùì-Na, massage chinois), entre dans la tradition chinoise d'union entre le corps et l'esprit. Il s'agit d'approfondir la **communication entre le physique et le mental pour résoudre les problèmes de maladie. Le « mal-à-dire », est le physique qui communique** (plus ou moins difficilement) **vers le mental.**

Ce stage sera dirigé par Maître François LIU Kuang-Chi (劉光智 老師) . Formé à Taïwan dans diverses écoles de massage et d'arts martiaux traditionnels (diplômes de digitopuncture et de rééducation des blessures sportives), Maître LIU propose une méthode qui allie les techniques classiques du Tùì-Na, des éléments d'ostéopathie et diverses techniques de soins populaires éprouvées. Riche d'une expérience unique, il a développé au fil de plusieurs années de recherches et de rencontres une méthode originale, exclusivement tournée vers la clinique. Le massage Tùì-Na exige du praticien à la fois, énergie, précision, et finesse du geste. C'est pourquoi M^e Liu met l'accent sur une pratique conjuguant le soin du patient et l'entretien personnel du masseur. Actuellement il est :

- Professeur de « Tai-Chi & Nei-Kung » au Conservatoire National Supérieur d'Art Dramatique (CNSAD) depuis 2003.
- Fondateur, Président et enseignant principal de l'association V.M.C.C. « la Voie Merveilleuse de la Culture Chinoise » à Paris 18^e, fondée en 1998.
- Enseignant de « Tui-Na » à l'Institut ChuZhen de médecine chinoise à Paris 9^e, en 2012-2013.

Ce stage de digitopuncture basique est ouvert à toute personne intéressée.

Le nombre de stagiaires est limité à **14** personnes (tous niveaux, débutant accepté).

La date d'inscription est au plus tard 3 jours avant la séance prévue au **01 42 52 87 86**, ou par e-mail : assovmcc@gmail.com. Les frais de réservation sont de **20** euros (ils seront déduits des frais de stage, sans remboursement en cas d'annulation, sauf annulation de la part de l'organisation, par exemple : moins de 5 inscrits...).

* Vous êtes priés de venir à **14h30** pour l'échauffement afin de commencer le cours vers **15h**.

Le lieu du stage : centre « **Eukolia** »¹ – 24, rue de la Chine, Paris 20^e, Métro 3 : **Gambetta**.

Les frais de stage (**matériels compris², sauf le tapis**) s'élèvent à :

- Tarifs apprentis pour les adhérents de l'association VMCC ou les élèves de M^e Liu :
80 €/ cours ponctuel ; **200 €**/ 3 cours ; **500 €**/ **8~10** cours au total.
- Tarifs pour les stagiaires **ayant déjà participé** à la même sorte de stage avec M^e Liu :
70 €/ cours ponctuel ; **180 €**/ 3 cours ; **450 €**/ **8~10** cours au total.
- Tarifs **non** adhérents apprentis (dans la mesure des places disponibles, après l'inscription prioritaire de nos adhérents) : **100 €**/ 1 cours ; **250 €**/ 3 cours ; **600 €**/ **10** cours.
- Tarifs adhérents patients (être massé simplement)** : **50 €**/ séance ; **200 €**/ 5 séances.

**** Selon les places disponibles !**

❖ **Merci d'apporter :**

1. un tapis de sol (**1,5 cm** de préférence comme ci-dessous du magasin Go Sport, 25 €)³
2. un survêtement ample, sobre et assez chaud
3. un coussin pour les chevilles ou la poitrine (lors du massage)
4. une petite couverture ou plaid
5. un esprit de quiétude...



¹ Site internet <http://www.centreakolia.com>

² Le balai métallique, la corne de grattage et la crème de massage sont **fournis par l'Association**.

³ <https://www.go-sport.com/fitness-musculation/petit-materiel-fitness/tapis-de-gym/tapis-de-gym/natte-green-5336.html>

Programme du stage (niveau 1 – basique)

14h30 ~ 14h50 (20 mn) :

Accueil des stagiaires, installation des matériaux et dégustation de boissons.

14h50 ~ 15h20 (30 mn) :

Échauffement de 内功 Nei-Kung (arts martiaux internes) pour masseurs.

Entraînement de « lâcher prise » avec un tapis au sol ou debout et **10** minutes de méditation & automassages, selon le temps restant.

15h20 ~ 16h20 (1h) :

Digitopuncture, 1^{ère} partie en binôme de façon alternée.

Massé et être massé : 2 sensations complémentaires.

Étude des éléments fondamentaux du protocole de massage : les points principaux du dos, du bassin et du psoas.

16h20 ~ 16h30 (10 mn) :

Pause thé.

16h30 ~ 17h30 (1h) :

Digitopuncture, 2^{ème} partie en binôme de façon alternée.

Étude des membres inférieurs et supérieurs ainsi que la tête et la nuque.

17h30 ~ 17h40 (10 mn) :

Pause thé.

17h40 ~ 18h40 (1h) :

Digitopuncture, 3^{ème} partie en binôme de façon alternée.

Accent porté sur le thème prévu de chaque séance, voir programme ci-dessous.

18h40 ~ 19h (20 mn, question-réponse & rangement de salle).

19h ~ 19h30 (30 mn, ajuster la nuque & le lombaire pour ceux qui ont en besoin).

Thèmes de chaque séance

- 1. 29/09** – Troubles respiratoires (liés avec la tristesse) : sinusite, asthme, toux...
- 2. 13/10** – Problèmes du cœur (liés avec la joie excessive) : palpitation, tension, crise cardiaque, fatigue, insomnie...
- 3. 10/11/18** – Troubles digestifs (liés avec la colère ; programmation & décision) : foie (hépatite, paludisme) & vésicule biliaire (calcul)...
- 4. 01/12/2018** – Troubles digestifs (liés avec le stress) : estomac & intestins, boulimie, anorexie, constipation, diarrhée...
- 5. 12/01/19** – Problèmes de rate et de pancréas avec le sang (liés avec l'anxiété) : anémie, leucémie, règles douloureuses, lymphatique, diabète...
- 6. 02/02/2019** – Problèmes de peau, souvent causés par la respiration (poumons), la digestion (intestins) ou la détoxification (foie) : allergies, eczéma, boutons...
- 7. 16/03** – Problèmes de reins (liés avec la peur) et de vessie avec les lombes : hernie discale, lombago, sciatique, urémie, arthroses, rhumatisme, varice...
- 8. 06/04** – Problèmes des parties génitales & troubles urinaires : infertilité, prostatite, fibrose de l'utérus, hernie de testicule, ménopause, rapport sexuel...
- 9. 11/05** – Problèmes de tête & de nuque : migraine, insomnie, torticolis, mal aux yeux, paralysie des extrémités des membres... (méthode F. Liu & massage occipital)
- 10. 01/06/2019** – Cancers & tumeurs... (méthode "Pointes d'origine" & Réflexologie).

✘ **Chaque séance intègre des techniques de massage anti-cancéreuses que M^e Liu a étudiées !**