

École de Massage Thaï Traditionnel et d'Arts Énergétiques

Formations au Massage Thaï Traditionnel

Massage Thaï initiation – 1 jour / 6h / 165€

Une journée intensive de cours pour vous initier à cette pratique. Série d'1h travaillant les pieds, les jambes, l'abdomen et le dos ; plus de 40 techniques différentes sont transmises.

Massage Thaï découverte – 3 jours / 18h / 400€

3 jours de formation pour l'apprentissage des premières techniques de base. Série d'1h30 travaillant les pieds, les jambes, l'abdomen, les bras, le dos, la nuque et le visage ; transmission de plus de 60 techniques différentes, allongé sur le dos, sur le ventre et en position assise.

Massage Thaï basique – 5 jours / 30h / 600€

Formation de base complète et identique à celle dispensée au sein de "LoiKroh" à Chiang Mai, Thaïlande. Plus de 160 techniques différentes sont transmises au travers de 4 séries : allongé sur le dos, allongé sur le flanc, allongé sur le ventre et en position assise.

Qu'est ce que le Massage Thaï Traditionnel ?

Fruit d'une longue pratique ancestrale de santé et reflet de la culture d'un peuple, le *Massage Thaï Traditionnel* appelé **Nuad Thaï** ou encore **Nuad Boran** repose sur les fondements de la médecine bouddhique. Pratiqué habillé, au sol, le praticien utilise des pressions avec ses mains, pieds, coudes, avant-bras et genoux, ainsi que des mobilisations et étirements. Ceux-ci sont complétés par une action réflexologique au niveau des pieds, des mains et de la tête. Le *Massage Thaï Traditionnel* permet une élimination des toxines, une revitalisation de l'organisme et un rééquilibrage progressif de l'ensemble des énergies corporelles.



Ces formations peuvent être prises en compte dans le cadre de la Formation Professionnelle Continue. Un dossier de demande de prise en charge est à compléter environ 3 semaines avant la formation.

Un acompte de 30% du coût de la formation est demandé lors de votre inscription. Le solde est à régler en début de formation.

Inclus: livret de formation avec texte et photographies,

certificat de fin de stage

certificat de stage "LoiKroh" signé par

Tassanee Boonsom (option disponible pour certaines formations uniquement).

Informations pratiques : formation privée ou en groupe (4 personnes maximum).

Prévoyez une tenue souple et confortable.

Dates : à définir ensemble, en fonction des disponibilités de chacun.

Horaires : 9h-12h et 13h30-16h30.

Lieu des formations :

Cabinet d'Ostéopathie d'Ève Ledoux
6, rue Jacques de Grailly
86000 Poitiers

Inscriptions et renseignements :

Xavier HLAVACEK

Port. 06 31 21 86 44

xavier@lelotusblanc.com

www.lelotusblanc.com

Massage Thaï avancé – 6 jours ½ / 40h / 750€

Cette formation avancée s'adresse aux praticiens certifiés en Massage Thaï. Elle se concentre sur de puissantes, profondes et créatives techniques corporelles où les coudes, les genoux et les pieds sont utilisés comme outils. Elle est identique à celle dispensée au sein de "LoiKroh" à Chiang Mai, Thaïlande. Plus de 140 techniques avancées différentes sont transmises dans les 4 positions traditionnelles : allongé sur le dos, allongé sur le flanc, allongé sur le ventre et en position assise.

Une formation de base complète (tout style, toute école) est requise avant de suivre ce cours.

Formation au Massage Thaï à l'huile

Massage Thaï à l'huile – 3 jours / 18h / 450€

Le Massage Thaï à l'huile est un soin complet du corps pratiqué à même le sol sur futon avec de l'huile végétale pure et naturelle. Les 3 jours de formation permettent l'apprentissage d'une série de 2h travaillant les pieds, les jambes, l'abdomen, les bras, le dos, la nuque et le visage. Pendant ce cours plus de 60 techniques différentes sont transmises, allongé sur le dos et sur le ventre.

Qu'est ce que le Massage Thaï à l'huile ?

Originaire de Thaïlande mais d'inspiration d'Inde du sud, le Massage Thaï à l'huile est une variante du Massage Thaï Traditionnel préconisé dans l'entretien du bien-être lorsque ce dernier n'est pas indispensable ou en complément de celui-ci. Chaque partie du corps est massée tour à tour et des mouvements de réunification globale achèvent magnifiquement ce massage. Les techniques utilisées sont des lissages, différents pétrissages et essorages mais aussi des mobilisations articulaires, des pressions progressives, quelques touches de réflexologie plantaire et des étirements très doux.

Le Massage Thaï à l'huile procure bien-être et sérénité, efface les tensions et la fatigue, renforce la vitalité (drainage), adoucit et assouplit la peau, libère les articulations.



Xavier HLAVACEK

Professeur en "Traditional Thai Massage",
"Abdominal Detox Massage" et "Korean
Relaxation" à "LoiKroh Traditional Thai Massage &
Yoga" Chiang Mai, Thaïlande

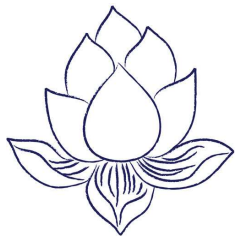
Thérapeute Energéticien certifié en :
"Advanced Traditional Thai Massage"
"Abdominal Detox Massage"
"Correcting Breathing Dysfunction"
"Oil Thai Massage"

Relaxation Coréenne
Massage Traditionnel Chinois Assis

Formé et certifié en Qi Gong par le Dr JIAN
LiuJun de l'Institut du Quimétao à Paris

Titulaire d'une Licence de Psychologie

Fondateur et directeur de l'École de Massage Thaï
Traditionnel et d'Arts Énergétiques, il enseigna
Qi Gong et Tai Ji Quan à Poitiers pendant 9
ans. Depuis son premier séjour en Thaïlande il
se spécialise principalement dans la pratique et
l'enseignement du Massage Thaï et du
Massage Abdominal des Organes Internes.
Aujourd'hui Xavier réside plusieurs mois par
an à Chiang Mai, Thaïlande et enseigne au sein
de "LoiKroh Traditional Thai Massage & Yoga"



LE LOTUS BLANC
www.lelotusblanc.com

École de Massage Thaï Traditionnel et d'Arts Énergétiques

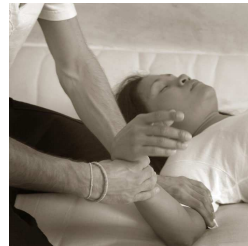
Formation à la Relaxation Coréenne

Relaxation Coréenne - 4 jours / 24h / 550€

Méthode méconnue et peu pratiquée, la Relaxation Coréenne est reliée à un courant culturel trouvant son origine probablement dans la tradition chinoise. Dans les différents pays d'Asie où elle est pratiquée, Chine, Japon, Corée, les enseignants utilisent des mouvements quasi similaires, travaillent tous au sol, des pieds à la tête, et s'inscrivent dans une démarche de "l'ici et maintenant". En France, cette méthode fut introduite dans les années 70 par J.B. Rishi.

Le praticien en Relaxation Coréenne effectue des manoeuvres progressives des pieds vers la tête. Par des mobilisations passives des articulations, par des étirements musculaires progressifs et délicats, par de légères secousses destinées à induire une vibration douce dans le corps, il dénoue les tensions qui se sont installées. Le but est de produire une ondulation "naturelle" du corps de la personne massée et de conserver cette ondulation assez longtemps pour que le cerveau en crée une persistance.

La Relaxation Coréenne vise principalement le relâchement des zones de tension au niveau des articulations et des muscles, mais aussi un lâcher prise global. Pour permettre ce décrochage chez le receveur, le praticien soigne sa qualité de présence, d'écoute, voir d'accompagnement.



Ces formations peuvent être prises en compte dans le cadre de la Formation Professionnelle Continue. Un dossier de demande de prise en charge est à compléter environ 3 semaines avant la formation.

Un acompte de 30% du coût de la formation est demandé lors de votre inscription. Le solde est à régler en début de formation.

Inclus: livret de formation avec texte et photographies,

certificat de fin de stage

certificat de stage "LoiKroh" signé par Tassanee Boonsom (option disponible pour certaines formations uniquement).

Informations pratiques : formation privée ou en groupe (4 personnes maximum).
Prévoyez une tenue souple et confortable.

Dates : à définir ensemble, en fonction des disponibilités de chacun.

Horaires : 9h-12h et 13h30-16h30.

Lieu des formations :

Cabinet d'Ostéopathie d'Ève Ledoux
6, rue Jacques de Grailly
86000 Poitiers

Inscriptions et renseignements :

Xavier HLAVACEK

Port. 06 31 21 86 44

xavier@lelotusblanc.com

www.lelotusblanc.com

Formations au Massage Abdominal

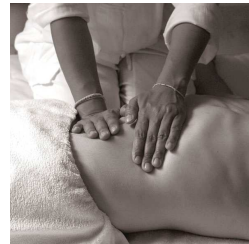
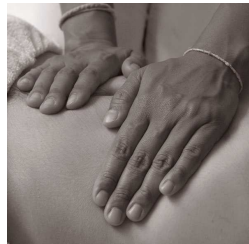
Massage Abdominal des Organes Internes 1 & 2 – 4 jours / 24h / 650€ (chaque niveau)

Basé sur le mouvement de l'énergie vitale, ce massage est une des techniques de soin les plus profondes utilisée en Médecines Traditionnelles Thaïlandaise et Chinoise.

Les techniques de massage sont localisées dans la zone abdominale et autour du nombril où le stress, les tensions et les émotions négatives s'accumulent pour aboutir à la congestion.

En utilisant ces techniques vous apprenez à libérer rapidement les émotions négatives, les tensions et les maladies en réconfortant la région abdominale et en facilitant la circulation d'énergie dans les organes internes. Ce massage thérapeutique se montre très efficace dans le traitement des problèmes digestifs comme les colites, les ballonnements et la constipation. Il participe à l'élimination des toxines emmagasinées dans le système gastro-intestinal et favorise le drainage lymphatique. Il est particulièrement utile pour éliminer les crampes, les tissus cicatriciels, les maux de tête, les problèmes menstruels et le mal de dos.

L'enseignement du 2nd niveau se concentre sur de puissantes et profondes techniques où les coudes sont utilisés comme outils ; la formation 1^{er} niveau est requise avant de suivre ce cours.



Formation au Massage Assis

Massage Chinois Assis – 2 jours / 12h / 300€

Pratiqué habillé sur une chaise ergonomique, ce massage codifié de 20 minutes est effectué sur des zones corporelles (nuque, épaules, dos, bras et mains) où l'énergie a tendance à stagner. Au cours de cette séquence, 50 muscles et 180 points d'acupuncture seront traités afin d'harmoniser le flux d'énergie. Le Massage Assis est une technique rapide, efficace et déstressante qui permet de retrouver bien être et joie de vivre.



Xavier HLAVACEK

Professeur en "Traditional Thai Massage",
"Abdominal Detox Massage" et "Korean
Relaxation" à "LoiKroh Traditional Thai Massage &
Yoga" Chiang Mai, Thaïlande

Thérapeute Energéticien certifié en :
"Advanced Traditional Thai Massage"
"Abdominal Detox Massage"
"Correcting Breathing Dysfunction"
"Oil Thai Massage"

Relaxation Coréenne

Massage Traditionnel Chinois Assis

Formé et certifié en Qi Gong par le Dr JIAN
LiuJun de l'Institut du Quimétao à Paris

Titulaire d'une Licence de Psychologie

Fondateur et directeur de l'École de Massage Thai
Traditionnel et d'Arts Énergétiques, il enseigna
Qi Gong et Tai Ji Quan à Poitiers pendant 9
ans. Depuis son premier séjour en Thaïlande il
se spécialise principalement dans la pratique et
l'enseignement du Massage Thai et du
Massage Abdominal des Organes Internes.
Aujourd'hui Xavier réside plusieurs mois par
an à Chiang Mai, Thaïlande et enseigne au sein
de "LoiKroh Traditional Thai Massage & Yoga"