



**Après l'école**  
**LE CLUB SHIATSU**  
**POUR LES**  
**ENFANTS**  
**Préparez la rentrée**  
**sept. 2015**  
**à**  
**Etiolles**  
**avec Max**

shiatsupourtous.fr  
 "Bien-être et Vitali' thé"  
 Max ZUBELI



06.78.52.52.32  
[info@shiatsupourtous.fr](mailto:info@shiatsupourtous.fr)  
 Nous vous accueillons sur rendez-vous à notre cabinet



Concernant le dossier d'inscription, contactez moi au  
 06.78.52.52.32 ou [info@shiatsupourtous.fr](mailto:info@shiatsupourtous.fr)



NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

 [www.shiatsupourtous.fr](http://www.shiatsupourtous.fr)  
 à votre domicile  
 Vous reçoit en cabinet  
 Se déplace en entreprise  
 Anime vos événements



**06.78.52.52.32**

## Le shiatsu et l'enfant

Détente  
Sommeil  
Respiration  
Concentration  
Bonne humeur  
Confiance en soi  
Bien être et vitalité  
Gestion des émotions  
Meilleures perceptions  
**Et pour les parents,** le plaisir d'avoir des shiatus à la maison par votre enfant !



### C'est quoi le shiatsu ?

➤ Le shiatsu est un moment privilégié de détente pour l'enfant qui lui permettra d'être de meilleure humeur et d'augmenter sa capacité de concentration à l'école et à la maison.

➤ C'est une technique d'origine japonaise. « Shi » signifie doigts et « Atsu » pression. Il se pratique en exerçant une pression avec les pouces et les doigts, mais aussi avec les paumes sur des points précis, situés le long des méridiens du corps. Le shiatsu apaise et redonne de la vitalité.

➤ Dans cet atelier sera abordé un travail sur le Do-In (auto-shiatsu) puis sur un kata de shiatsu détente (enchaînements de mouvements) en étant deux par deux pour faciliter les échanges avec un retour au calme sous forme de relaxation guidée.

### Comment ça marche ?

- Après l'école, tous les enfants concernés par l'activité sont récupérés dans les classes et emmenés par les animateurs de l'école pour une séance d'1 heure.
- On s'habille en jogging ou en vêtements souples.
- On travaille seul ou à deux dans une ambiance calme.
- On apprend un kata de shiatsu détente (enchaînement de mouvements) sur un tatami.
- On donne de l'intention positive pour aussi en recevoir.

*C'est un moment de bonheur positif avec Max...*

**« Il faut partager son savoir  
avec tous les hommes afin de bâtir  
une société meilleure. »**

**Toru Namikoshi**

### C'est quand et où ?

Enfants en élémentaire CP à CM2		Enfants en maternelle Moyenne et grande section	
Lundi 16H15-17H15	Salle de jeux maternelle	Jeudi 16H15-17H15	Salle de jeux maternelle
Le premier cours est prévu le lundi 14 sept. 2015		Le premier cours est prévu le jeudi 17 sept. 2015	

### Et pour le prix ?

Cotisation + assurance : 140 €/an

Adhésion : 10 €

Règlement possible en 3 fois.

Les chèques sont à l'ordre de [shiatsupourtous.fr](http://shiatsupourtous.fr).

### Qui encadre les cours ?

Les cours seront dispensés par **Max Zubéli**, praticien thérapeute certifié par la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel et professeur des écoles maître formateur sur l'école maternelle Hélène Sandré.

### Documents à me remettre :

- La fiche de renseignements,
- La cotisation,
- Un certificat médical pour la pratique du shiatsu,
- La photo d'identité de votre enfant sera faite par mes soins.

Ces documents sont à rapporter soit à Max, ou au forum des association (5 sept. 15) ou au 1er entraînement au plus tard.

Une permanence est mise en place 10 minutes avant chaque début de cours les lundis-jeudis de 15h45 à 16h00 dans la salle de jeux de l'école maternelle

**2 cours d'essai vous sont offerts !**