



# Formation de Watsu® et de massages aquatiques LeWatsu.ch



Autres cours 2017

**Watsu®**

**des 5 éléments**

Du Dimanche 7 (19:00) au  
vendredi 12 mai (18:00)

**Watsu 2**

Du Samedi 9 Déc. (19:00)  
au Jeudi 14 Décembre  
(18:00) 2017

Le Watsu 1 consiste à une première approche, vous apprenez le Watsu dans une forme de Tai Chi (avec des mouvements et des positions de base) et comment, rester enraciné et connecté à la respiration, vous apprenez à laisser l'eau faire le travail. En retournant continuellement au souffle de l'eau, vous trouvez la tranquillité qui est la base de la présence. Dans la deuxième étape vous apprenez à relier ces mouvements et les positions de base avec de longues et élégantes transitions fluides. Vous apprenez à adapter cela avec des gens de toutes tailles, formes et dispositions. Vous apprenez aussi à utiliser votre propre mécanique corporelle. Comment soutenir et déplacer les personnes dans l'eau avec le moins d'effort possible. Sur la terre vous êtes amenés à découvrir le "Co-Centrage" et le "Tantsu" et à explorer ainsi que partager ce qu'être tenu (porté) peut représenter pour vous et les autres.

Aucun pré-requis nécessaire (Introduction conseillée)

## **WATSU® 1**

**Dimanche 30 avril (19:00)  
au Vendredi 5 mai (18:00) 2017**

Prix: 750 CHF

Entrée piscine 150 CHF

Repas et logement non inclus