

# ATELIER DE MASSAGE THAÏLANDAIS

## Avec Philippe LANGLET et Marie BRIEZ

### Dimanche 27 octobre 2013

### de 10h à 16 h

Le "Massage Traditionnel Thaï" ou Nuad Boran signifie littéralement : « pression ancienne ». Le Nuad Boran fait partie des médecines traditionnelles de l'ancien royaume du Siam. Il est basé sur l'application de pressions d'intensité variable sur les lignes tendino-musculaires.

Il concerne le bien-être général, la santé préventive, le soulagement de la douleur liée aux tensions chroniques. Il comporte aussi des propriétés réflexologiques.

On trouvera dans ce "Massage Traditionnel Thaï" la succession de gestes issus de l'École Shivago/ Old Medicine Hospital" de Chiang Mai qui fut la première à être connue en occident et dont Philippe Langlet a reçu un diplôme de praticien de base en 1998.

La co-formatrice, Marie Brietz, est praticienne certifiée en Shiatsu traditionnel en 2011.

#### Objectifs:

- Être capable de donner une séance de base dans un cercle familial.
- Être capable de donner une séance de Massage Traditionnel Thaïlandais "bien-être"

#### Contenu:

- apprentissage d'un enchaînement de gestes pour une séance d'une demi-heure (en prévention des douleurs du bas du dos notamment).
- Un exercice pratique de Respiration Consciente sera proposé à la pause du midi.

#### Conditions :

Les participants doivent être en bonne santé globale et en capacité de se mettre sur leurs genoux. Il est utile d'avoir déjà reçu au moins un shiatsu.

**LIEU : AZUR SHIATSU, 136 rue des Créchets, 59940 ESTAIRES (30 min. de Lille)**

Pour vous inscrire : [portevitale@gmail.com](mailto:portevitale@gmail.com)



Avant l'inscription définitive, s'adresser à Philippe Langlet au 06 86 96 32 14 –  
email: [langlet.philippe@voila.fr](mailto:langlet.philippe@voila.fr) - site: <http://philippe.langlet.voila.net/>

Le coût pédagogique est de 60 € auquel se rajoutera la location de la salle (5 euros par personne pour les non-adhérents à l'association), avec auberge espagnole pour le repas du midi.

#### Remarque :

Le terme "Massage": il se situe dans le contexte de la Tradition Thaï et n'a pas vocation à être thérapeutique. Aucun diagnostic ni soin n'est pratiqué et le recours à la médecine ordinaire est conseillé à tous. Un accent particulier est donné à l'adaptation de la gestuelle du donneur à la morphologie du receveur.