

le Shiatsu, c'est quoi ?

指 *Shi* = doigts

圧 *Atsu* = appuyer, presser

Le **Shiatsu**, originaire du **Japon**, constitue une pratique de **relaxation**, largement développée dans le **monde** aujourd'hui. Cette discipline se pratique aussi bien dans le **cadre familial** que **professionnel**.

Le Shiatsu s'inscrit dans une logique de **prévention** de santé.

Les fondements de cet art puisent leurs racines dans la **médecine traditionnelle chinoise**.

Le **Shiatsushi** (praticien de Shiatsu) effectue des **pressions** avec les pouces sur le corps du **Jusha** (la personne recevant le Shiatsu).

Il peut exercer aussi des **étirements, mobilisations**, en accord avec la **capacité physique**.

Lors d'une séance, le Jusha, **vêtu** d'une tenue souple et chaude, choisit d'être **assis**, ou **allongé** sur le ventre, le dos, le côté.

le Shiatsu, pour quoi ?

Les bienfaits du Shiatsu sont multiples.

Les pressions induisent une **relaxation** profonde et durable, favorisant ainsi les différentes **fonctions vitales** (respiration, digestion, élimination etc.)

Le Shiatsu aide à la **récupération** physique et mentale, il permet de maintenir le tonus **au quotidien**.

Les séances permettent d'**évacuer la fatigue** accumulée, on est alors moins irritable, **plus patient**.

La gestion des émotions se fait plus **sereinement**.

Les **relations** avec l'entourage (professionnel & privé) deviennent **plus souples**, moins conflictuelles.

C'est un **atout** pour la capacité d'**adaptation** aux **impératifs** du quotidien.

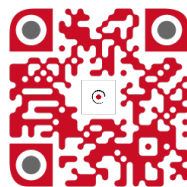
Le Shiatsu **régule** ainsi les effets du **stress**.

« ...Le Shiatsu est un art de communication... »

Ne pas jeter sur la voie publique

Séances du Lundi au Vendredi
10h-18h
Samedi sur RDV

160 rue Eau de Robec
76000 Rouen
06 81 49 58 75
contact@matsukaze.fr
www.matsukaze.fr



Vous pouvez régler les séances en :

Euros € - espèces, chèques bancaires
(pas de CB)

Agnel - monnaie locale de Rouen



Chèque Santé



Chèque Sport & Bien-être



Emmanuel Fauque

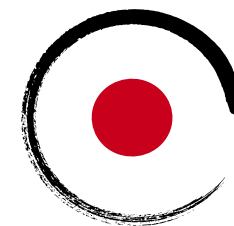
Praticien & Enseignant de
Association Iokai Shiatsu Europe (AISE)

Délégué Régional Normandie du
Syndicat des Professionnels du Shiatsu (SPS)

Spécialiste en Shiatsu
Titre RNCP délivré par le SPS



E.I - Siret 44990487900029
TVA non applicable en vertu du 293b du CGI



Matsukaze
Shiatsu

指 松
圧 風



Conception et réalisation : Matsukaze Shiatsu

Séances



Tarifs Shiatsu & Do in 2017-2018



Matsukaze
Shiatsu

Shiatsu Relaxation « Kata »

1 **Kata** est une séquence de mouvements définis (pressions, mobilisations, étirements)

Vous êtes allongés sur le dos, le ventre, ou le côté.

Le Kata permet d'évaluer votre **potentiel énergétique**.

Pour votre **1er RDV**, bénéficiez d'une remise de **5,00 €**

Bon de réduction téléchargeable sur matsukaze.fr

(uniquement pour les séances Shiatsu Kata)

Séance Relaxation

| | | |
|-----------------------|----------------------|----------------------|
| Kata Visage 15 min | Kata Corps 30 min | Kata Corps 60 min |
| 15.00 € | 35.00 € | 60.00 € |

Forfait Relaxation (2 séances/mois)

| | |
|----------------------|----------------------|
| Kata Corps 30 min | Kata Corps 60 min |
| 55.00 €/mois | 100.00 €/mois |

Abonnement Relaxation (4 séances/mois)

| | |
|----------------------|----------------------|
| Kata Corps 30 min | Kata Corps 60 min |
| 105.00 €/mois | 180.00 €/mois |

Shiatsu 45' & 1H30'

Shiatsu **45'** Relax (Visage, Nuque, Bras) : **45,00 €**

Shiatsu **1H30 - 3 Kata** (ventral,dorsal, latéral) : **90,00 €**



Shiatsu des méridiens

Dans cette approche, un minimum de **3 séances** réparties à intervalles réguliers est souhaitable.

La première séance est un **bilan énergétique** selon l'ancienne approche orientale, afin d'envisager le **traitement approprié** des méridiens.

Lors des séances suivantes, nous **évaluons ensemble** les modifications de circulation de votre énergie selon l'**objectif recherché**.

- 3 séances : **150.00 €**
- 5 séances : **250.00 €**
- 8 séances : **420.00 €**

Atelier Do In

Auto-massage visant à faire circuler sa propre énergie !
C'est un outil complémentaire du **Shiatsu au quotidien**

- 1 séance Do In (1H00): **12.00 €**
- Carte 10 séances Do In : **100.00 €**

Ajoutez des séances **Do In** à vos forfaits **Shiatsu (Kata ou méridiens)** : **10.00 € la séance d'1H00**

Bons Cadeaux

Offrez un temps de détente !

Valable pour les séances, forfaits, abonnements « Kata » & Atelier Do In

Réservez votre bon cadeau **par téléphone** ou **téléchargez** le bon de commande sur matsukaze.fr

Entreprises

Optimiser la **QVT** au sein de votre entreprise !

Le Shiatsu, véritable technique de gestion de stress, s'inscrit dans la prévention des **RPS & TMS**.

Un format rapide (10 à 30 min) et pratique de relaxation dans vos locaux.

Un geste fort pour motiver la cohésion d'équipe !

Tarif : 1 €/min – hors frais de déplacement

Contactez-moi pour organiser une prestation adaptée à vos besoins.

Séances/Cours/Formation
160 rue Eau de Robec – 76000
ROUEN
06 81 49 58 75
contact@matsukaze.fr
matsukaze.fr