

# LES MASSAGES AUJOURD'HUI EN FRANCE

Aujourd'hui le Spa est à la mode en France. Un des éléments de réussite de ces centres de soin et de beauté: le massage. L'hexagone a ainsi vu fleurir depuis quelques années de plus en plus de praticiens spécialisés, des disciplines parfois loufoques, et pas toujours de la meilleure qualité pour un public averti... Nous avons voulu faire le point sur les massages qui se sont implantés, du plus traditionnel au plus moderne, du plus exotique au plus hexagonal. Une enquête réalisée comme un guide pour mieux vous y retrouver entre les différentes spécialités et un carnet d'adresses que vous pourrez consulter p. 60. La liste des pratiques, des fédérations et des formations que vous trouverez ici n'est bien sûr pas exhaustive. Et nous nous excusons d'ores et déjà auprès de celles et ceux que nous n'aurions pas cités. Qu'ils(elles) se fassent connaître, nous adressent des articles, et nous viendrons tester avec bonheur ce qu'elles proposent et les publierons avec plaisir.

*Une enquête proposée par la rédaction*



crédit photos: Carole Berger

## Massage hawaïen

**Traduction:** *lomilomi* signifie « casser en petits morceaux », malaxer, presser, frotter, frictionner.

**Origines:** Hawaï.

**Fondateurs:** chaque famille hawaïenne a développé son propre massage.

**Date de création:** sans doute aux environs de 500 ans avt JC, date à laquelle serait apparue la culture hawaïenne.

**Spécificité:** intimement lié la culture et à la spiritualité hawaïenne (voir article p. 44).

**Tenue:** nu.

**Technique:** l'utilisation des avant-bras et des coudes, combinée à de longues pressions glissées, des stretchings doux et des acupressions.

**Vertus:** apaisant et tonifiant.

**Appréciation:** la force et la douceur de l'île volcanique rayonnent à travers ce massage. Le corps garde en mémoire un rythme qui lui est transmis par le praticien.

## Massage ayurvédique

**Traduction :** Ayurveda signifie en sanscrit « science de la vie ».

**Origines :** Inde.

**Fondateurs :** difficilement identifiables.

**Date de création :** difficilement datable.

**Spécificité :** le massage ayurvédique est bien plus qu'un massage, c'est un art de vivre. On utilise de grandes quantités d'huiles, toutes associées à des préparations spéciales et adaptées. Qui a goûté à la sensation onctueuse et au plaisir d'une huile chaude glissant sur le corps, s'en souvient à jamais...

**Tenue :** nu.

**Technique :** une technique rigoureuse, avec des passages réguliers et des pressions énergétiques.

**Vertus :** relaxant et tonifiant, mais il existe une telle quantité de pratiques possédant toutes des spécificités que le mieux est de vous renseigner auprès d'un professionnel qui saura vous conseiller.

**Exception française :** bien que sa pratique existe depuis maintenant de nombreuses années en France, il reste très peu diffusé, tout comme son pendant martial, le Kalarippayat.

**Appréciation :** véritable dépaysement pour le corps. Quel que soit le type de massage, c'est une découverte pour les sens.



crédit photo : Institut Maxam Photographie : Douglas Py



Photo extraite de l'ouvrage : « Le Massage Ayurvédique » par Gita Ramesh, Editions Guy Tredaniel.

## Shiatsu

**Traduction :** Shi signifie « doigt » et Atsu, « pression ».

**Origines :** Japon.

**Fondateurs :** le Shiatsu a connu un réel essor au début du 20e siècle grâce à Tokujiro Namikoshi. Citons également Matsunaga Sensei qui créa le courant du Zen Shiatsu.

**Date de création :** la MTC aurait été introduite au Japon par les Coréens, au 5e siècle. Le massage traditionnel japonais était alors appelé *Anma*, ce qui signifie « presser, frotter » ou « essuyer ».

**Spécificité :** le praticien utilise la puissance du Hara pour ses soins, et particulièrement ses pouces. Le Shiatsu est lié à la philosophie taoïste et aux principes des vides et des pleins de l'énergétique chinoise. Dans la plus pure des traditions, le praticien shiatsuki pratique aussi le zen.

**Tenue :** habillé.

**Technique :** pression des pouces ou des mains sur les méridiens et les points d'acupression, étirements.

**Vertus :** tous les méridiens du corps sont stimulés pour un rééquilibrage global. Il existe néanmoins des soins spécifiques. La qualité du Shiatsu induit une écoute intime de soi.

**Exception française :** sans doute le plus pratiqué aujourd'hui en France. Sa pratique est ici considérée comme plus douce qu'au Japon où les pressions sont nettement plus appuyées.

**Appréciation :** profondément énergétique. Il agit en profondeur. Déconseillé aux personnes qui souhaitent se faire masser, au sens littéral du terme.



crédit photo : Isabelle Lauding

## Tui Na

**Traduction :** An-Mo était le terme le plus ancien utilisé : An signifiant « presser » et Mo, « frictionner ». Le terme Tui Na signifie « pousser » et « prendre ».

**Origines :** Chine.

**Fondateurs :** inconnu.

**Date de création :** les premières traces de la pratique remontent au 3e siècle avant notre ère, et la découverte des rouleaux de soie de Ma Wang Dui.

**Spécificité :** c'est l'une des cinq branches de la médecine chinoise. Le massage peut être très localisé sur les points de tension ou les nœuds énergétiques établis d'après un diagnostic.

**Tenue :** la partie massée est dénudée.

**Technique :** pressions, frictions ou frottements, pincements, roulements, assouplissements, secouements... Le Tui Na agit sur les points d'acupuncture, les tissus et les articulations.

**Vertus :** à la fois thérapeutique, préventif et adapté pour le bien-être. Sa pratique participe à une harmonisation de la circulation du Qi. Il agit sur les tissus, les organes et l'énergie. Recommandé pour les douleurs rhumatismales et les affections motrices, les problèmes digestifs, gynécologiques, respiratoires, etc.

**Exception française :** le public recherche souvent un praticien qui soit d'origine chinoise. Il existe pourtant aujourd'hui des praticiens français en Tui Na très compétents et bien formés.

**Appréciation :** si son efficacité est redoutable, les pressions, très toniques, le sont aussi !



photo : Jean-Marc Lefèvre



Crédit photo: Fotolia

## Massage indonésien

**Origines :** Indonésie.

**Date de création :** inconnue.

**Fondateurs :** pas de fondateurs, mais on trouve dans chaque village indonésien, et particulièrement à Sumatra, Java et Bali, des *dukun pidjet*, qui peuvent être aussi maître de cérémonie, guérisseur, sorcier...

**Spécificité :** le frottement est particulièrement utilisé par certain(e)s *dukun*.

**Tenue :** corps dénudé enroulé dans un batik (pièce de tissu traditionnel).

**Technique :** particulière à chaque *dukun pidjet* : pressions, frottements... Tout le corps est massé couché, le massage se terminant assis.

**Vertus :** relaxant et revigorant.

**Exception française :** rarement pratiqué en France.

**Appréciation :** sa tonicité est particulièrement agréable. Un massage indonésien, quelle que soit la technique, reste profondément énergétique.



crédit photo: Jean-Marc de Grave

crédit photo: Matéo Magariños



## Chi Nei Tsang

**Traduction:** Chi signifie « énergie », Nei « interne », et Tsang « organe ».

**Origines:** Chine.

**Fondateurs:** le Chi Nei Tsang était pratiqué par les anciens taoïstes. Réactualisé par Mantak Chia.

**Date de création:** inconnue.

**Spécificité:** concentré sur le buste et la région abdominale, le Chi Nei Tsang agit directement sur les organes. Sa pratique considère le ventre comme notre 2e cerveau qui détermine notre vie affective. Son toucher est très subtil.

**Tenue:** ventre nu !

**Technique:** pétrissage et malaxage, avec les pouces, les coudes, le tranchant de la main, le bout des doigts.

**Vertus:** il participe à diminuer les énergies « viciées » accumulées dans les principaux organes du corps. Il agit notamment pour libérer les émotions.

**Exception française:** citons le nom d'un français au parcours atypique, Gilles Marin, qui réside aujourd'hui aux Etats-Unis, mais qui vient régulièrement en France pour des formations. Il a développé un Chi Nei Tsang somato-émotionnel.

**Appréciation:** délicat et subtil, le Chi Nei Tsang agit en profondeur. Une pratique à part dans l'univers des massages. Son extension, le Karsai Nei Tsang, massage des organes sexuels, quand il est pratiqué par des personnes compétentes et subtiles (attention à bien vous informer), est une expérience rare et précieuse, car de nombreuses tensions physiques, émotionnelles et psychiques sont liées à cette zone encore taboue.

## Massage thaïlandais

**Traduction:** le massage thaï est appelé Nuad Bo Rarn, qui signifie « ancien massage médical ».

**Origines:** Thaïlande, avec des influences chinoises et indiennes.

**Fondateur:** le nom du docteur indien Shivago Komarpaj est souvent cité.

**Date de création:** la méthode aurait été introduite en Thaïlande il y a 2500 ans.

crédit photo: Benj Drounet - photo: Philippe Pinçon



**Spécificité:** les postures ! Le massage thaï est en effet considéré comme un véritable Yoga à deux : les postures du praticien et celles du receveur peuvent paraître « acrobatiques ».

**Tenue:** de confortables vêtements traditionnels en coton (si possible).

**Technique:** pétrissage, pressions sur l'ensemble du corps, stimulation des lignes d'énergie, compressions circulatoires, mobilisations articulaires, étirements.

**Vertus:** il harmonise la circulation de l'énergie dans l'organisme. Apaise et dynamise. Il est recommandé pour de nombreuses pathologies chroniques.

**Exception française:** de nombreux Français partis en voyage en Thaïlande reviennent avec l'envie de poursuivre leur expérience dans l'hexagone... Beaucoup de Français sont aussi partis en Thaïlande pour se former.

**Appréciation:** Ouhaouh, ça stretche ! On se sent plus grand !

## Réflexologie plantaire

**Origines:** Chine, Inde, Egypte.

**Fondateur:** l'écriture du Nei Jing Sou Wen est attribuée à l'Empereur Jaune, Huang-Ti. Mais le médecin légendaire Hua To est aussi cité.

**Date de création:** le plus ancien document est issu du Nei Jing Sou Wen, la bible de la MTC, daté d'environ 2700 ans avt JC.

**Spécificité:** agit directement sur le pied où se reflètent toutes les parties du corps et de l'organisme.



crédit photo: Fotolia / e-pyton

**Tenue:** pieds nus!

**Technique:** pressions, ponçages, étirements tissulaires, etc. sur les zones réflexes des pieds.

**Vertus:** il agit particulièrement sur le système nerveux.

**Appréciation:** au-delà de son efficacité thérapeutique, la détente du pied... c'est le pied! Même si les sensations ne sont pas toujours agréables!

## Massage Suédois

**Origines:** Suède.

**Fondateur:** Peter Henrik Ling.

**Date de création:** 20e siècle.

**Spécificité:** il a donné naissance aux massages pratiqués par les kinésithérapeutes, et notamment adressés aux sportifs.

**Tenue:** nu.

**Technique:** des pressions profondes et énergiques.

**Vertus:** tonique, il agit particulièrement sur la masse musculaire et les articulations.

**Exception française:** peu répandu en France par rapport aux Etats-Unis.

**Appréciation:** un(e) bon(ne) praticien(ne) vous fera apprécier cette technique, mais celle-ci commence à dater. Notons qu'il faut savoir profiter de la modernité et qu'il existe aujourd'hui des techniques métissées qui ont intégré une dimension orientale.



crédit photo: Arts of Touch - photo: Michael Perin Wogenburg

## Massage Arts of Touch®

**Origines:** Etats-Unis & France.

**Fondateurs:** Ray & Clotilde Swartley.

**Date de création:** les années 90.

**Spécificité:** le plus enveloppant de tous les massages. A la fois tonique et profond, subtil et doux. La qualité du toucher est privilégiée. L'intégration du massage latéral Esalen est une réussite.

**Tenue:** nu et enveloppé dans un drap.

**Technique:** pétrissage, enroulements, glissements... Le praticien entre dans une communion de mouvement avec le receveur.

**Vertus:** détente et une profonde reconnexion à soi.

**Exception française:** nous avons la chance de les avoir en France!

**Appréciation:** yes! Ce massage est totalement moderne et a su allier les qualités des massages traditionnels et contemporains. Relaxation et voyage intérieur garantis!

## Massage Créatif®

**Origines :** France.

**Fondateur :** Frédéric Bonfils.

**Date de création :** récente.

**Spécificité :** la tonicité du massage suédois alliée à la douceur du massage californien.

**Tenue :** nu.

**Technique :** longs mouvements doux, fluides et enveloppants.

**Vertus :** relaxant.

**Exception française :** son créateur est français ! Il a développé toute une panoplie de massages qui mélangent différentes techniques, comme le massage Asia® dont nous vous reparlerons dans un prochain numéro.

**Appréciation :** idéal quand on souhaite une détente profonde et que le corps a besoin d'être malaxé/massé.

## Amma assis

**Origines :** Japon.

**Fondateur :** il a été développé en Occident par David Palmer.

**Date de création :** le Amma assis a pris son essor très récemment.

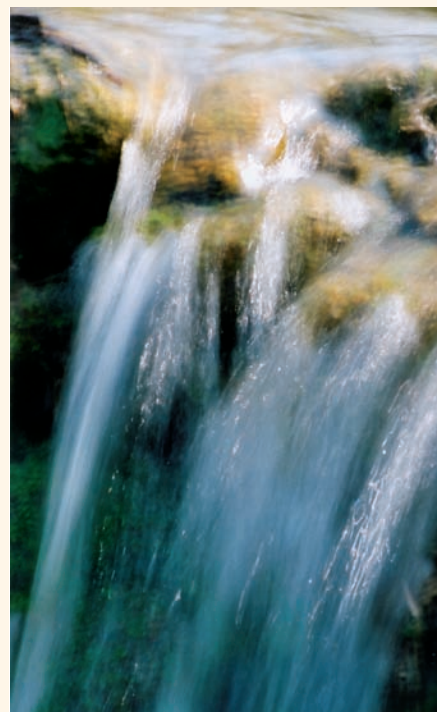
**Spécificité :** particulièrement adapté aux massages courts en entreprise.

**Tenue :** habillé.

**Technique :** on retrouve les mêmes techniques que dans un Shiatsu traditionnel, adaptées à la pratique sur chaise. Les coudes sont fréquemment utilisés.

**Vertus :** pour une détente rapide.

**Appréciation :** quinze minutes de massage par jour sur chaise ? Toute l'équipe de Génération Tao a voté pour !



Crédit photo : Jean-Marc Lefèvre

## Sensitive Gestalt Massage ou massage californien

**Origines :** Etats-Unis, Californie. Influences de l'Extrême-Orient et du massage suédois.

**Fondatrice :** Margaret Elke.

**Date de création :** 1960-70.

**Spécificité :** plus qu'un massage, il est considéré comme une technique psycho-corporelle. Le receveur est allongé sur une table. Le praticien procède à ce que la Sensitive Gestalt massage appelle la « délinéation », soit un massage qui parcourt rigoureusement le schéma corporel. L'accent est mis sur le plaisir et la sensualité.

**Tenue :** nu.

**Technique :** pétrissages, effleurages, pressions, étirements, rotations, mobilisations, images corporelles, interventions verbales...

**Vertus :** la réunification dans l'intégration de soi comme un tout et une reconnexion sensuelle à notre corporalité.

**Exception française :** peu répandu en France par rapport aux Etats-Unis.

**Appréciation :** il existe autant de massages californiens que de praticiens. Le tout est de trouver une « bonne main », comme il est dit dans le jargon, c'est-à-dire un(e) praticien(ne) qui, au-delà de la technique utilisée, possède un véritable sens du toucher.

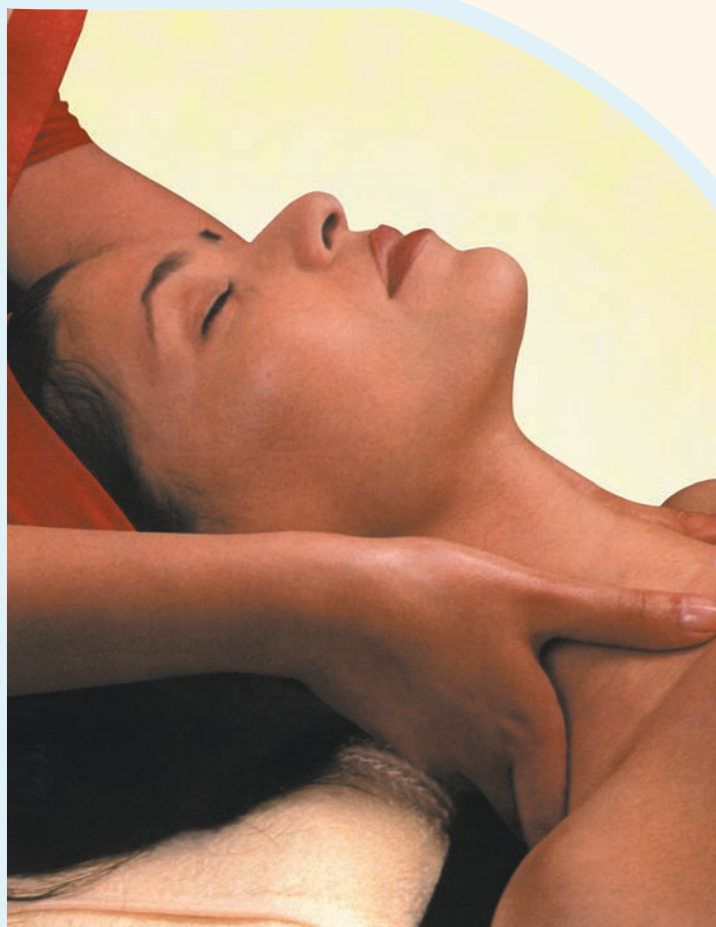


Photo extraite de l'ouvrage : « Le Massage Ayurvedique » par Gita Ramesh, Editions Guy Tredaniel.

## CARNET D'ADRESSES

### Infos

#### Idées au gramme

Cyrille J.-D. Javary  
tél. : 01 43 31 08 18  
cjd.javary@wanadoo.fr  
Et vous pouvez retrouver toutes les dates de conférences de Cyrille Javary sur le site du centre Djohi : [www.djohi.org](http://www.djohi.org)

### DOSSIER : Ecologie corporelle

#### Ecologie corporelle

› Pour contacter Pol Charoy & Imanou : [polimanou@generation-tao.com](mailto:polimanou@generation-tao.com)  
[www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com)  
› Retrouvez leurs prochains stages dans la rubrique agenda : Wutao & Art du combat.  
› Pour en savoir plus :  
(1) : le Wutao est né au cours de l'année 2000 du métissage des expériences de Pol Charoy et Imanou Risselard : Wushu, Yoga, Bio-énergie occidentale... En chinois, Wutao s'écrit avec deux idéogrammes : « Wu » pour danse et « Tao » qui évoque l'idée de cheminer. Ainsi Wutao pourrait être traduit par « Voie, ou Danse, de la vie ».  
(2) : la Trans-analyse® fait partie de la grande famille des arts initiatiques. Elle intègre une dimension énergétique basée sur la traversée des états de conscience non ordinaires (« trans- ») induits par le mouvement et le souffle, et une dimension analytique de reconnaissance, de prise de conscience et d'intégration de ces traversées.

#### Méditation taoïste

› Pour contacter Georges Charles : Arts Classiques du Tao  
<http://www.tao-yin.com>  
tél. : 02 32 97 02 94  
› Retrouvez ses prochains stages dans la rubrique agenda.

### Une sexualité consciente

› Contact avec l'auteur : [info@yves-requena.com](mailto:info@yves-requena.com)  
› Une formation aujourd'hui voit le jour à l'usage des professeurs de Qi Gong, des éducateurs, des sexologues, des psychothérapeutes, des conseillers conjugaux et des médecins.  
› Pour en savoir plus :  
(1) « Délicatessex, le meilleur de l'amour par l'énergétique chinoise » par Yves Réquena et Marie Borrel - Guy Trédaniel 2007.  
(2) « Les enseignements sexuels du Dragon de Jade : Méthodes taoïstes pour la revitalisation sexuelle masculine » par Hsi Lai et Bernard Dubant - éd. Guy Trédaniel 2003.  
(3) « Sou Nü Jing : Le merveilleux traité de sexualité chinoise » par Maurice Mussat - éd. Médicis 2003.  
(4) « L'art d'aimer à la chinoise » par Liao Yi Lin - éd. La Martinière 2007.  
(5) « Yin et Yang, homme et femme » - séminaire par Yves Réquena et Hélène Zimmerman en novembre 2008. Ce séminaire fait également partie du cycle « Qi Gong anti-âge ».  
› Pour tout renseignement : [www.ieqg.com](http://www.ieqg.com)  
tél. : 04 42 50 28 14

### L'espace théâtral

Pour contacter Giovanni Fusetti : [giovanni.fusetti@helikos.com](mailto:giovanni.fusetti@helikos.com)  
[www.giovanifusetti.com](http://www.giovanifusetti.com)

### CULTURE & SOCIÉTÉ

#### Wang Li

Vous pouvez vous procurer le Cd de Wang Li en vous rendant sur le site de Génération Tao : [www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com) et la boutique. ou : [www.souffledor.fr](http://www.souffledor.fr)  
Et pour en savoir plus : <http://aspiration.free.fr>

### LA VOIE

## DU MOUVEMENT

### Nos maîtres... les animaux

Pour contacter Roger Itier : [roger.itier@federationwushu.org](mailto:roger.itier@federationwushu.org)  
Retrouvez ses prochains stages dans la rubrique agenda : art du combat

### L'art de s'étirer

Pour contacter Isabelle Martinez : [isa@mouvarts.fr](mailto:isa@mouvarts.fr)  
Et Cécile Bercegeay qui enseigne au Centre d'Arts Corporels Génération Tao : [cecile@generation-tao.com](mailto:cecile@generation-tao.com)  
tél. : 01 42 40 48 30  
[www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com)

### SANTÉ & BIEN-ETRE

#### Sexualité féminine

Anna Miassedova enseigne au CAC de Génération Tao et organise des stages régulièrement dans l'année. [www.generation-tao.com](http://www.generation-tao.com)  
tél. : 01 42 409 48 30  
Pour la contacter : [anna.miassedova@laposte.net](mailto:anna.miassedova@laposte.net)

#### Le massage hawaïen

Carole Berger est formatrice. A noter : 1er DVD de Lomilomi en français est disponible en vpc dans le cadre d'une série de 12 DVD de massages du monde. [www.tiptouch.com](http://www.tiptouch.com)  
tél. : 01 46 89 63 30

#### Kum Nye

Laurence Cortadellas anime des stages et des formations tout au long de l'année. Pour la contacter : site : [zhiroujia.com](http://zhiroujia.com)  
tél. : 06 13 92 28 71

Retrouvez ses prochains stages dans la rubrique agenda.

#### Xin Li

L'enseignement de Xin Li est encadré par l'Académie de Psychologie Chinoise Xin Li de HongKong, et dispensé, en France et en Europe par le Collège des Sciences Orientales  
<http://www.college-des->

[sciences-orientales.com](http://sciences-orientales.com)  
tél. : 06 67 26 05 54  
<http://www.academychinespsy.com>  
<http://www.acp-asia.tw>

### ENQUETE : Les massages aujourd'hui en France

#### • LOMILOMI

› [www.tiptouch.com](http://www.tiptouch.com)  
tél. : 01 46 89 63 30  
› [sud-formation-massage.com](http://sud-formation-massage.com)

#### • AYURVÉDIQUE

› Association APMA (Association pour la Promotion du Massage Ayurvédique) à Paris  
Formation initiale et perfectionnement :  
tél. : 01 45 39 88 09  
[paris.apma@libertysurf.fr](mailto:paris.apma@libertysurf.fr)  
› Centre Tapovan  
[www.tapovan.com.fr](http://www.tapovan.com.fr)  
› Association Kalarippayat C.V.N. en région parisienne  
tél. : 01 48 18 75 66  
[cvn.kalari@kalarippayat.asso.fr](mailto:cvn.kalari@kalarippayat.asso.fr)  
› Maxam à Paris  
[www.maxam.cc](http://www.maxam.cc)  
tél. : 0 820 820 618

#### • SHIATSU

› FFST (Fédération Française de Shiatsu Traditionnel) à Paris : formation au Certificat fédéral de praticien en Shiatsu : 3 ans de cursus.  
tél. : 01 42 29 64 22  
[shiatsu@ffst.fr](mailto:shiatsu@ffst.fr)  
› IFS de Michel Odoul à Paris : [www.shiatsu-institut.fr](http://www.shiatsu-institut.fr)  
tél. : 01 45 87 83 17  
› Ecole de Shiatsu à Paris et à Marseille. Cours en semaine, en journée, en soirée et en week-end.  
[www.shiatsu.fr](http://www.shiatsu.fr)  
tél. : 01 45 23 48 88  
› Très zen : Isabelle Laading en Bourgogne : [www.ateliersdubateauivre.com](http://www.ateliersdubateauivre.com)  
tél. : 03 85 54 56 31

#### • TUI NA

› Confédération Française de Médecine Traditionnelle Chinoise (CFMTC) : site : [www.cfmtc.org](http://www.cfmtc.org)  
email : [presidence@cfmtc.org](mailto:presidence@cfmtc.org)  
ou : [info-cfmtc@cfmtc.org](mailto:info-cfmtc@cfmtc.org)  
› Union Française des Professionnels de Médecine

Traditionnelle Chinoise (UFPMTc)  
 tél. : 01 45 23 15 52  
 email : info@ufpmtc.com  
 site : www.ufpmtc.com  
 > Fédération Nationale de Médecine Traditionnelle Chinoise (FNMTc) :  
 tél. : 08 70 30 48 70  
 email : contact@fnmtc.fr  
 site : www.fnmtc.fr  
 > CFTMC : Centre de Formation de Techniques Manuelles d'Asie  
 tuina.mtc.free.fr  
 tél. : 04 74 68 09 57  
 > Institut Xinan près de Montpellier.  
 Formation en 3 ans.  
 www.institut-xinan.com  
 > Maxam à Paris  
 www.maxam.cc  
 tél. : 08 20 82 06 18  
 • Indonésien  
 > Ecole Azenday à Paris  
 tél. : 01 46 36 11 11  
 info@formation-massage.com  
 Formations à Nantes, Nice, Bordeaux, Marseille, Lyon.  
 > espace-france-asie.com  
 tél. : 01 49 26 08 88  
 • **CHI NEI TSANG**  
 > The Chi Nei Tsang Institute de Gilles Marin :  
 chineitsang.marin.free.fr  
 Contact et information en France M. & C. Marin :  
 marcmarin@chineitsang.com  
 tél. : 04 93 08 84 46  
 > Cours hebdomadaires à Paris avec Martine Scrive au CAC.  
 tél. : 01 42 40 48 30  
 www.generation-tao.com  
 • **KARSAI NEI TSANG**  
 > Saumya Comer et Wilbert Wils au Centre « Les Temps du Corps » :  
 tél. : 01 48 01 68 28  
 www.tempsducorps.asso.fr  
 • **THAILANDAIS**  
 > Benj Drouet, près de Tours  
 www.beaute-et-tao.com  
 tél. : 06 72 82 51 81  
 > www.espace-france-asie.com  
 tél. : 01 49 26 08 88  
 contact @ espace-france-asie.com  
 > ARTEC à Montpellier et à Paris  
 www.artec.fr  
 > www.lemassage-thai.com  
 > www.massage-thai-paris.fr  
 • **REFLEXOLOGIE**

**PLANTAIRE**  
 > IFR de Michel Odoul à Paris  
 tél. : 01 45 87 83 17  
 institutfrancais-dereflexologie@wanadoo.fr  
 > reflexo33@wanadoo.fr à Bordeaux  
 > Fédération Française de Réflexologie Plantaire :  
 www.reflexologues.fr  
 > Jean-Pierre Krasensky  
 jean-pierre.krasensky@wanadoo.fr  
 tél. : 01 42 02 79 64  
 > Action reflexo Formation :  
 www.action-reflexo.com  
 • **SUEDOIS**  
 > Formation massage californien-suédois :  
 www.formation-massage.com  
 • **ARTS OF TOUCH®**  
 contact@artsoftouch.com tél. : 06 21 87 16 35  
 • **MASSAGE CRÉATIF®**  
 Institut Figari :  
 www.massage-creatif.com  
 • **AMMA ASSIS**  
 > Maxam à Paris  
 www.maxam.cc  
 tél. : 08 20 82 06 18  
 > Touch Line de Tony Neuman :  
 www.touchline.ch  
 • **SENSITIVE GESTALT MASSAGE**  
 > IFAS : Ecole humaniste de Gestalt à Paris.  
 contact@gestalt.fr  
 tél. : 01 44 59 37 27  
 > Le Centre Elzeard :  
 www.elzeard.com  
 • **EN PLUS**  
 > www.allo-massage.com  
 C'est plus de 1000 masseurs kinésithérapeutes à travers toute la France.

## AGENDA

### Zhi Rou Jia

- Avec Laurence Cortadellas, du 1er au 5 juillet : Kum Nye, relaxation & Qi Gong de la femme.
- Avec Jean Michel Chomet, du 1er au 5 juillet, initiation au « Yang Sheng Shu », l'art de nourrir la Vie.
- > En août, retrouvez-les en Ardèche, au domaine du Taillé, pour pratiquer le Tai Ji & le Qi Gong.

- Avec Jean-Michel Chomet : Du 11 au 16 août, séminaires avancés. Travail sur la forme de Yang Sau Chung, Armes du Wudang, Gong Fang, Tui Shou, Da Lü & Nei Gong. Du 19 au 23 août, stage de Tai Ji Yang pour tous ; Ji Ben Gong, étude de la longue forme de Yang Sau Chung, Gong Fang, Tui Shou & Nei Gong.
- Avec Laurence Cortadellas, du 19 au 23 août, Qi Gong-Nei Gong Pour tous.  
 site : zhiroujia.com  
 tél. : 06 13 92 28 71 & 06 13 92 05 91

### Stages en juillet

- Souffle Alchimique et Wutao Sol avec Pol Charoy & Imanou Risselard, créateurs du Wutao. Du 1er au 3 juillet, de 18h30 à 20h.
- Chi Nei Tsang avec Martine Scrive, diplômée de Chi Nei Tsang par Gilles Marin, du 1er au 4 juillet, de 14h30 à 17h30.
- Qi Gong des 5 animaux avec Gao Chao Cai, spécialiste en Qi Gong et Taiji : du 5 au 6 juillet, de 10h à 12h30 et de 14h à 16h30.
- Taiji de l'épée avec Gao Chao Cai, spécialiste des armes du Taiji. Du 7 au 10 juillet, de 18h30 à 20h30.  
 tél. : 01 42 40 48 30  
 centre@generation-tao.com  
 www.generation-tao.com

### Stages d'été avec Georges Charles

- En Italie à Predappio d'Alta du 7 au 12 juillet 2008 ; à Paulhac en Margeride (Lozère) ; Initiation du 4 au 8 août et perfectionnement du 11 au 15 août 2008 de Tao Yin Qigong du Ling Pao Ming Xingyiquan de l'Ecole San Yiquan et armes (bâton, épée, éventail).
- Stage de rentrée de Tao-Yin Qigong à Royan, les 27 et 28 septembre.  
 Arts Classiques du Tao  
 http://www.tao-yin.com  
 tél. : 02 32 97 02 94

### Stages pour enfants

Un accueil cet été à Gap

pour les 8/12 ans autour des « arts martiaux, nature et naturel » du 7 au 18 juillet.  
 Académie d'arts martiaux  
 acad05@wanadoo.fr

### Un festival d'arts taoïstes avec l'IEQG

- Taiji des 24 mouvements, du 26 au 28 Juillet.  
 Animé par Wei Na.
- Qi Gong des 5 animaux, Du 29 au 31 Juillet.  
 Animé par Yves Réquena.
- Zhi Neng Qi Gong : du 21 au 25 Juillet. Animé par Zhang Wen Chun.
- Yi Jing et Feng Shui, du 29 juillet au 2 Août.  
 Animé par Cyrille Javary et Kimli Fong Yan.
- Qi Gong des 5 oiseaux et le Qi Gong de Shao Lin, du 29 juillet au 2 août.  
 Animé par Fumin Wang Guo.
- Yi Jin Jing, du 29 juillet au 2 août. Animé par A. Beskow.
- Qi Gong des 5 animaux du 29 au 31 juillet.  
 Animé par Yves Réquena.
- Diététique Chinoise, du 29 au 31 juillet.  
 Animé par P. Svetoslavsky.
- Wuo Tai : du 21 au 25 Juillet. Animé par R. Combes.
- Qi Gong des yeux, du 1er au 3 août. Animé par Liao Yi Lin. I.E.Q.G  
 tél. : 04 42 50 28 14  
 email : info@ieqg.com

### Ecolonies de vacances

L'association « Sous la lune » propose des écolonies de vacances aux 8-12 ans. Scientifiques, artistes et enfants s'amuse à découvrir une nouvelle manière d'être au monde à travers des thématiques écologiques  
 Prochaine écolonie du 6 au 13 juillet.  
 infos@souslalune.org  
 tél. : 01 48 01 93 88

### Au-delà de la peur et de la colère, la vie

Séminaire animé par G. Guasch et A.M Filliozat.  
 Découvrez les aspects utiles de la colère, et comment cette émotion et d'autres peuvent « alimenter » notre vitalité.