

**Samedi 9 Novembre 2024**

# **STAGE D'INITIATION de Chi Nei Tsang INTUITIF**

**MASSAGE DU VENTRE**



**ANIMÉE PAR**

**ELISABETH VAN SETERS**

**Praticienne et formatrice en Chi Nei Tsang Intuitif**

**OBJECTIF : S'INITIER AU MASSAGE DU VENTRE, LE VÔTRE ET CELUI DE  
QUELQU'UN D'AUTRE PAR LA PRATIQUE DU CNTI.**

## **PROGRAMME :**

### **MATIN : MIEUX SE PERCEVOIR/SE SENTIR BIEN AVEC SOI-MÊME**

Pour donner un massage efficace à quelqu'un d'autre, il est d'abord nécessaire de savoir se connecter à son propre corps, de respecter son propre rythme, et d'apprendre à se détendre soi-même.

★réveil corporel ★exercices de perception ★automassage

### **APRÈS-MIDI : MASSAGE EN BINÔME/SE SENTIR BIEN ENSEMBLE**

- établir la connexion entre soi et l'autre, se relier avec respect
- l'écoute par le toucher (je réceptionne une information)
- le pouvoir de la présence et de l'intention par le toucher (je propose une information).

**8 PERSONNES MAX.**





**À LA MAISON DU LAC**  
825 chemin de la Vigne Ecole  
MONTAUBAN

Le CNTI est une **pratique de massage intuitive** visant à **dénouer les tensions abdominales et thoraciques** à l'aide d'un toucher et d'une écoute très précis du corps et de la personne dans son intégralité afin qu'elle retrouve **paix, confort et cohérence**.

Elle ne repose sur aucune routine technique car son objectif est avant tout de rejoindre la personne avec empathie dans ses zones de conflits internes et d'y amener une présence de coeur.

C'est une sorte de CNV (Communication Non Violente) par le toucher !

Cela demande pour le masseur de cultiver : **ouverture de coeur et d'esprit, intuition, sens de l'écoute, bienveillance, autodiscipline et intégrité**.

Les mouvements de mains restent simples mais demandent de la **précision**, une vraie qualité de présence et d'intention dans le toucher.

Le réveil corporel dans la matinée sera animé par **Léo Benoit-Cohen**, professeur de Tai Ji Chuan (1h) 😊👍

Et notre hôte **Corinne Sorlut**, nous accueillera dans son éco-lieu à la **Maison du Lac** et nous proposera à midi pour ceux qui le souhaitent, un bon repas végétarien, frais, local et fait maison!

**Tarif : 100€ la journée (repas non compris)**

**Tarif pour couple et/ou initié.e.s (habitué.e.s de mes cours d'automassage ou qui ont effectué.e.s plusieurs séances) : 90€**

**Horaires : 9h30-12h30 /14h00-17h00**

**Adresse :825 chemin de la Vigne Ecole – 82000 Montauban**

**Payable en plusieurs fois si besoin.**

**Sur réservation au 06 64 36 02 27**

**ou par mail [elisabeth@ducoeuraucorps.fr](mailto:elisabeth@ducoeuraucorps.fr)**



**Bon Repas** (en option) :

**Végétarien, frais, local et fait maison!**

Entrée+plat+dessert = 15€

**En savoir plus : [www.ducoeuraucorps.fr](http://www.ducoeuraucorps.fr)**