

# WATSU® BASIC

18 et 19 juin 2022

Au Beach Camp Temple & Ocean Drop

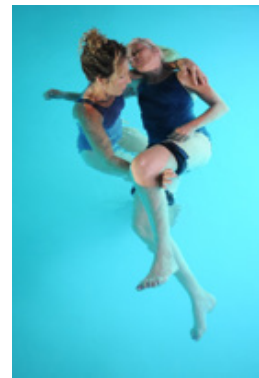
Avec Gianni De Stefani et Laurie Moerman, enseignants WABA

16 heures de cours crédités par WABA

Ce cours est ouvert à tous, aucune expérience préalable n'est requise



Alors imaginez-vous... dans l'eau chaude, soutenu derrière la tête et au niveau du bassin, vous flot-tez, comme en apesanteur. Vous êtes soutenu et recevez des mouvements lents, amples et ryth-més par votre propre respiration qui vous berce. Progressivement, une détente profonde s'installe en vous... qui permet de redécouvrir un état de bien-être original qui prélude à une ren-contre nouvelle avec l'élément " eau ".  
Vivre un moment de paix et de relâchement total du corps et de l'esprit telle la poésie du mouvement



Le Watsu® est une technique de soins douce et unique, un traitement qui combine les stretchings avec la relaxation dans l'eau chaude. Il a été développé par le poète californien Harold Dull dans les années 80 et reste à ce jour le plus abouti et le plus profond des formes de travail corporel aquatique, amenant le donneur et le receveur à un nouveau niveau de conscience qui implique tout notre être. Une séance s'alterne naturellement de mouvements de bercements, de relaxa-tion, d'étirements et d'acupressure (selon la médecine chinoise), dans le but d'acquérir le bien-être pour rétablir un équilibre entre le corps et l'esprit.

Le Watsu est littéralement une combinaison de Water-Shiatsu, il associe harmonieusement les qualités de l'eau chaude à celles des techniques séculaires et reconnues du massage oriental Shiatsu.

Un véritable art aquatique ! L'ultime source de détente...`

Prix du cours 290€ comprenant les frais d'enseignement, l'accès au bassin et à la salle de cours, le matériel didactique avec vidéo ainsi que l'enregistrement sur le registre de WABA.

**Les cours ont lieu de 9h à 18h30.**

Hébergement : 40€ la nuit en cabine individuelle / 45 € avec petit déjeuner.

Les repas équilibrés sont organisés par nos soins avec des produits locaux, bio et ou végétarien par une chef Veggie en considérant 20€ par repas.



Beach Camp Temple  
Corps-Esprit-Bien-être

Laurie : +33 607722651  
beachcample@gmail.com

Site web : [www.beachcample.com](http://www.beachcample.com)  
FB : Beach Camp Temple