



**La Voie de l'Eau**  
*...Être en Soi dans l'Instant Présent avec l'Eau...*

STAGE



# Watsu® Basic

avec **Stéphane LONGUET**

Formateur et cours certifiés par l'institut international WABA (Worldwide Aquatic Bodyworkers Association)

**Samedi 17 & dimanche 18 avril 2021**

**à La Chapelle sur Erdre** (près de Nantes)

- Cours ouvert à tous, sans prérequis -

**Le Watsu®,**

La rencontre du Zen Shiatsu et des pouvoirs relaxants de l'eau.

Une pratique douce, profonde et puissante.

Créé en Californie par Harold Dull, le Watsu® (Water-Shiatsu) est une délicate combinaison de bercements, de mouvements doux et amples, de massages, d'étirements musculaires et de rééquilibrage des méridiens. Aujourd'hui reconnu comme le travail corporel aquatique le plus aboutit au Monde, le Watsu génère des bienfaits, autant sur le corps que sur l'esprit avec un relâchement de toutes formes de tensions...

*"Être soutenu au niveau du cœur et connecté avec sa respiration, ceci peut aider le cœur à relâcher des émotions que le mental a ressassé ou réprimé pendant des années, et les laisser disparaître dans la fluidité". Harold Dull*

## **Le Watsu® Basic**

- Pour découvrir une approche différente du rapport à l'eau et à l'autre, dans la joie et la fluidité,
- Pour apprendre la technique et les mouvements de base afin de donner des séances à vos proches,
- Pour ressentir les bienfaits de cette pratique,
- Pour débiter le chemin de la certification, pour le plaisir de l'Eau et du partage...

## **Le cours & le lieu**

Accueil des participants le samedi à 9 h, à **Centre Attitude - 60 Rue du Leinster, 44240 La Chapelle-sur-Erdre**, centre de bien-être privatisé pour le WE (eau à 34°). Début du cours à 9 h 30, fin du cours le dimanche à 18 h.



## Le tarif

290 euros correspondant au frais d'enseignement, l'accès au bassin & à la salle de cours ainsi que l'enregistrement sur le registre WABA.

Ne sont pas compris les frais de repas et d'hébergement.

**Tarif earlybird : 260 € pour une inscription avant le 15 mars avec versement d'arrhes de 130€.** (voir la fiche d'inscription ci-dessous)

## Contact

**Stéphanie Guillouzouic : 07 68 90 83 15**

[doucesressources@gmail.com](mailto:doucesressources@gmail.com)

**Stéphane Longuet : 06 05 16 80 17**

[steph.lavoiedeleau@gmail.com](mailto:steph.lavoiedeleau@gmail.com)

## Accès

- **Accès depuis l'aéroport** : <https://www.nantes.aeroport.fr/fr/parkings-acces/navette-aeroport>

Prendre la navette jusqu'à Commerce, Puis de Commerce (Nantes) à Rue Leinster (La Chapelle sur Erdre) : Tram ligne 2 + Bus

- **Accès depuis la gare SNCF – Accès Nord** : Tram ligne 1 + Tram ligne 2 + Bus
- **Accès depuis la gare routière** – située devant la clinique Jules Vernes – 2-4 Route de Paris, 44300 Nantes (arrêt des bus Flixbus, ouibus, etc).

Tram ligne 1+ Tram ligne 2 + bus ou Bus+ bus

Pour tous vos déplacements Tram/Bus, consultez ce lien en fonction de vos lieux et horaires d'arrivée.

<https://www.tan.fr/fr/menu/se-deplacer/tan/itineraires/itineraires-20770.kjsp?RH=1417441489>

## Hébergement :

2 Hôtels à 500 m du centre de formation :

- B & B Hôtel Nantes Parc Expos La Chapelle sur Erdre – Rue du Leinster
- Westotel Nantes Atlantique – Rue du Leinster – La Chapelle sur Erdre

## Restauration :

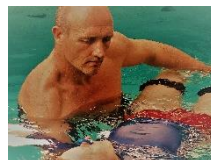
Vous trouverez à 500 m du centre, un supermarché classique et un supermarché bio, également un restaurant ouvert le samedi midi (comptez un minimum de 10 euros pour le déjeuner). Une petite salle équipée pour réchauffer son repas est à disposition surplace. Des restaurants dans le centre de la Chapelle sur Erdre (prévoyez de réserver et de vous y déplacer en voiture).

## Dans votre valise :

- **maillot de bain** (deux si vous avez), **serviette ou peignoir**,
- **gel douche, shampoing**,
- **bouchons d'oreilles** (si vous en avez besoin),
- **vêtements confortables** pour le travail au sol,
- **bouteille d'eau** (pas de verre auprès du bassin),
- **capuche, bonnet ou foulard** pour protéger vos oreilles du froid, du vent.
- **documents transmis + la clef USB**,
- *pour les femmes, protections hygiéniques, l'Eau chaude accélérant le métabolisme, le cycle peut parfois être un peu chamboulé 😊.*

## Le formateur

**Stéphane Longuet**, praticien et enseignant Watsu® et Waterdance®.



L'intensité de sa pratique, sa volonté de partager et de propager avec bienveillance la

beauté de ce travail permet aux participant(e)s de toucher à l'essence du massage aquatique dans la détente et la fluidité.

*Lavoiedeleau.fr Fb@lavoiedeleau*



**La Voie de l'Eau**  
*...Être en Soi dans l'Instant Présent avec l'Eau...*

**BULLETIN D'INSCRIPTION au stage de WATSU® BASIC  
à La chapelle sur Erdre le samedi 17 et dimanche 18 avril 2020**

Nom :	Prénom :	Téléphone :
Adresse postale :	Adresse mail :	Date prévue d'arrivée : (le matin même ou la veille)
Votre expérience personnelle dans le travail corporel, sur terre ou aquatique :		
Conditions médicales ou particulières :		
Précautions ou contre-indications : Infections urinaires, problèmes cardiaques et artériels, angines récurrentes, incontinence, allergie, problèmes d'oreilles, diabète, maladies contagieuses, plaies ouvertes, inflammations aiguës, sinusite.		
Je soussigné(e)..... Certifie avoir pris connaissance du contenu du cours auquel je souhaite m'inscrire et des conditions pour y assister, ainsi que des conséquences d'une éventuelle annulation de ma part.  A.....le.....	Signature :	
Tarif : <b>290</b> euros (90 € d'arrhes)	Tarif Early bird : <b>260€</b> (inscription avant le 15 mars 2021 avec paiement des arrhes de réservation : 130€)	

Les arrhes à verser lors de l'envoi de votre inscription pourront l'être soit par :

- Chèque bancaire français (à l'ordre de Stéphane Longuet), envoyé à l'adresse ci-dessous.
- Transferwise (transferwise.com)  
À l'adresse : [waterdanceconnexion@gmail.com](mailto:waterdanceconnexion@gmail.com)
- Ou par virement : Crédit Coopératif  
Nom : LONGUET Stephane  
IBAN : FR76 4255 9100 0004 1173 5081 575    BIC : CCOPFRPPXXX

Le solde du paiement vous sera demandé à votre arrivée sur place.

La confirmation du stage sera donnée au plus tard 1 semaine avant la date prévue du début. En cas d'annulation du stage par l'organisateur, les arrhes vous seront intégralement remboursées, en cas de désistement de votre part elles seront conservées par l'organisateur à titre d'indemnité.

**Merci de bien vouloir nous informer de votre venue par mail [doucesressouces@gmail.com](mailto:doucesressouces@gmail.com)  
ou au 07 68 90 83 15 - Stéphanie**

**RGPD**, le nouveau règlement européen sur la protection des données:

Les informations personnelles portées sur ce formulaire sont enregistrées par nos services dans l'unique but de faciliter la gestion de nos relations ou le suivi pédagogique de nos étudiants. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée et au Règlement européen n°2016/679/UE du 27 avril 2016 (applicable dès le 25 mai 2018), vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification, de portabilité et d'effacement de vos données ou encore de limitation du traitement. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant. Si vous ne souhaitez pas/plus recevoir nos actualités et sollicitations (par téléphone, SMS, courrier postal ou électronique) et invitations, vous avez la faculté de nous l'indiquer en nous envoyant un simple courrier électronique à [waterdanceconnexion@gmail.com](mailto:waterdanceconnexion@gmail.com). L'accès à vos données personnelles est strictement limité à la La Voie de l'Eau qui est soumis à une obligation de confidentialité et qui ne peut utiliser vos données qu'en conformité avec nos dispositions contractuelles et la législation en vigueur. Nous nous engageons à ne pas vendre, louer, céder ni donner accès à des tiers à vos données sans votre consentement préalable, à moins d'y être contraints en raison d'un motif légitime (obligation légale, lutte contre la fraude ou l'abus, exercice des droits de la défense, etc.).