



STAGE *massage aquatique*

Watsu® I Flot de Transition

(suite du Watsu Basic)

Avec Stéphane LONGUET

Formateur et cours agréés et enregistré par l'Institut international
WABA (Worldwide Aquatic Bodyworkers Association)

Du samedi 10 au mardi 13 mai 2025
à Forcalquier
(04300 – Provence- France)

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 corps à relâcher des émotions que le mental a ressassé ou réprimé pendant des années...et les laisser disparaître dans la fluidité".

Harold Dull – Créateur du Watsu

Cours crédité de 34h dans la formation praticien Watsu sur le registre WABA.

Prérequis : Watsu Basic

Watsu 1-Flot de Transition:

Avant toutes choses, la qualité de présence et l'écoute seront le fil rouge de cette formation. A l'aide de méditations, d'exercices spécifiques, de moments de jeu, nous verrons comment développer nos capacités à être avec l'autre.

Car c'est ce qui fait le cœur du Watsu.

Après la consolidation des bases, on apprendra à effectuer les transitions fluides entre les principaux mouvements et postures du Watsu.

On abordera également les mécanismes du corps - comment aider, mettre en mouvement, accompagner tous types de personne aussi facilement que possible dans l'eau.

On apprendra les « sièges » : Soutenir quelqu'un sur vos jambes pour vous libérer les deux bras afin de vous permettre de travailler d'une autre manière.

On élargira la gamme des mouvements, on travaillera sur la respiration, la connexion, le centrage et la qualité de présence...dans une ambiance de bienveillance, de partage, d'entraide et de plaisir, qui sont le cœur du Watsu...

A l'issue de ce stage, les participant(e)s auront acquis la technique nécessaire pour pouvoir donner une séance à la famille ou aux amis...

Le formateur

Stéphane Longuet



Enseignant Watsu®, OBA® et Waterdance® en France, Europe et Asie. Certifié par l'association mondiale des masseurs aquatique WABA.

Arjana Brunschwiler, Harold Dull, Gianni DeStefani, Keli Procopio, sont d'immenses enseignant-es qui ont éclairé mon parcours de formation.

Formé au massage Thai au Wat Po de Bangkok, au massage Tibétain à Daramshala (Inde), à la Fluid Présence® avec Shantam, à la Healing dance® avec Alexander Georges et à l'Integrative Aquatic Therapy® avec David Sawyer.

L'intensité de ma pratique (+de 400 séances données par an), ma volonté de partager et de propager avec bienveillance la beauté de ce travail, permet aux participant(e)s de toucher à l'essence de la pratique aquatique et de profiter de l'expérience du vécu de praticien.

Un environnement de découverte et d'évolution en toute sécurité émotionnelle, une écoute et un accompagnement au plus près de vos besoins, facilité par un groupe de taille réduite (6 personnes max).

Le lieu



Au Centre La Voie de l'Eau à Forcalquier 04300.

En Haute-Provence, un bassin conçu et dédié aux pratiques aquatiques dans un environnement au calme, à 2 pas du centre-ville et de toutes ses commodités.

Contactez Stéphane afin de discuter de la meilleure solution pour vous rendre sur place en fonction de vos possibilités personnelles (voiture, train, bus, co-voiturage...).
Parking gratuit et clos surplace.

Possibilité de dormir surplace en chambre double ou triple pour 22€/pers/jour.



Repas pris en commun, chacun

amène ce qui lui plaît (magasins bio et supermarchés à proximité), cuisine familiale à disposition avec ustensiles, four et frigo...

Possibilité de poser son van sur le terrain et d'utiliser la salle de bains, WC, cuisine pour 5€/pers/jour.

Accueil des participants

Le samedi 10 à 9h pour l'administratif,

Début du cours à 9h 30,

Cercle de fin le mardi 13 vers 18h.

Le programme détaillé des journées sera communiqué surplace

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.
- documents transmis avant le stage par Stéphane + 1 clé USB,
- pour les femmes, protections hygiéniques, l'eau chaude accélérant le métabolisme, le cycle peut parfois être un peu chamboulé.

Le tarif

630€ (Earlybird : 570€ pour une inscription avant le 15 avril), comprenant la mise à disposition du bassin, les cours, le matériel didactique et l'enregistrement sur le registre WABA, n'inclut pas les frais d'hébergement et de nourriture.

Possibilité d'utiliser le bassin pour s'entraîner comme vous le souhaitez. Ouvert H24.

Pour les participants inscrits au Watsu 1 complet (Basic du 20 et 21 et ce Watsu TF), un tarif spécial est appliqué (890€ au lieu de 960€ - pour une inscription earlybird avant le 15 avril : 840€).

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

- Chèque bancaire français à l'ordre de Stéphane Longuet, envoyé à l'adresse ci-dessous.

- Ou par virement : : Crédit Coopératif

Nom : LONGUET Stephane

IBAN : FR76 4255 9100 0004 1173 5081 575 BIC : CCOPFRPPXXX

Ou par Paypal : steph.lavoiedeleau@gmail.com

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.

Contact

Stéphane : 06 05 16 80 17

steph.lavoiedeleau@gmail.com www.lavoiedeleau.fr Fb @lavoiedeleau

Le bulletin d'inscription à renvoyer par mail est à la suite...



BULLETIN D'INSCRIPTION au stage de WATSU I Flot de Transition
du 10 au 13 mai 2025 à Forcalquier 04300

Nom :	Prénom :	Téléphone :
Adresse postale :	Adresse mail :	Je souhaite participer au Watsu Basic (les 8 et 9 mai) : OUI NON
Votre expérience personnelle dans le travail corporel, sur terre ou aquatique :		
Conditions médicales ou particulières :		
Précautions: Infections urinaires, problèmes cardiaque et/ou artériel, angines récurrentes, allergie, problèmes d'oreilles, diabète, plaies ouvertes, inflammations aiguës, ou autre... : contacter Stéphane		
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 : 630 euros (100 € d'arrhes)	Tarif Early bird : 570€ (inscription avant le 15 avril avec paiement des arrhes de réservation : 300€)	

La réduction spéciale en cas de participation au Watsu basic sera prise en compte au moment du paiement.

steph.lavoiedeleau@gmail.com 06 05 16 80 17
 24, rue des giloux 04300 FORCALQUIER France
lavoiedeleau.fr  [lavoiedeleau](https://www.facebook.com/lavoiedeleau)

RGPD: le 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 envoyant un simple courrier électronique à waterdanceconnexion@gmail.com. L'accès à vos données personnelles est strictement limité à 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.