

# INFO-AVOND NAJAAR 2011

Donderdagavond 15 september vanaf 19u gaat een infoavond door waarop wij onze activiteiten voorstellen.

De Toegang is gratis, maar inschrijving is gewenst!



**Programma:** Informatie, vragen en gesprek, shiatsu en seiki demonstratie; snackje, drankje, bespreking en inschrijvingen.

*Bij inschrijving voor de lessen van CI op de infoavond zelf krijg je een reductie van 5% mits contante betaling.*

**CYCLUS I**

**EERSTE JAAR**

## SHIATSU

### NIVO 1

- tien lessen op donderdagavond (19u30 – 22u30)  
22 & 29 september; 6, 13 & 27 oktober; 17 & 24 november en 1, 8 & 15 december



-bijdrage: 240 € per nivo

660 € voor nivo 1, 2 & 3 samen

-lesgever: Frans Copers

### NIVO 2 & 3

- tien lessen 's avonds, voorzien in het voorjaar van 2012

**TOTAALPRIJS EERSTE CYCLUS**

**720 €**

*Theorielessen Macrobiotiek inbegrepen, praktijkkooklessen niet.*

## BEGELEIDE HERHALINGSLES

**22/12**

-bijdrage: 15 € per les

-uurregeling: 20h tot 22h30...

# MACROBIOTIEK

*Niemand zal nog het belang van gezonde voedingsgewoontes ontkennen, maar hoe vinden we onze weg in de doolhof van informatie waarmee we worden overspoeld? Hoe kunnen we maximaal rendement halen uit ons 'dagelijks brood' voor het verbeteren, bewaren of herstellen van onze gezondheid? Deze lessenreeks geeft enkele fundamentele antwoorden.*

## **THEORIE**    *Zeven lessen 's avonds van 19h30 – 22h*

- 05/10**    **1/ BASISPRINCIPES:** *gebaseerd op gezond verstand: de visie van de traditionele Japanse diëtetiek vergeleken met de huidige voedingswetenschap.*
- 12/10**    **2/ HET NATUURLIJKE EVENWICHT:** *het principe van Yin & Yang. Hoe evenwicht te scheppen en balans te brengen in onszelf, met onze omgeving, de seizoenen, het klimaat, ons werk, onze droom...*
- 26/10**    **3/ DE DYNAMIEK VAN VOEDING:** *de vijf transformaties. Hoe we de functies van onze organen kunnen versterken, stimuleren of kalmeren en ons metabolisme vitaliseren en herstellen.*
- 16/11**    **4/ ZELFDIAGNOSE:** *eenvoudige technieken om onze conditie na te gaan, ons lichaam beter te begrijpen, ons evenwicht te herstellen en ziektes te voorkomen.*
- 23/11**    **5/ MEDICINALE BEREIDINGEN EN CONDIMENTEN**  
*De natuurlijke huisapotheek: simpele bereidingen om je lichaamsfuncties te versterken en symptomen efficiënt aan te pakken met producten uit de keuken.*
- 30/11**    **6/ UITWENDIGE BEHANDELINGEN:** *kompressen, fricties, baden...*
- 07/12**    **7/ DE FILOSOFIE VAN DE MACROBIOTIEK**  
*Historiek, levens- en wereldvisie van de Oosterse Leef- en Geneeswijzen.*

- deelname:            **120 €** voor de reeks  
- lesgever:            **Frans Copers**

## **PRAKTIJK: EEN EVENWICHTIGE MAALTIJD**



*Bij de eerste Cyclus horen drie praktijkkooklessen waarin de theorie in de praktijk wordt verduidelijkt.. Bereiding van een basismaaltijd met soep, hoofd- en nagerecht volgens de bestudeerde principes, met aandacht voor de voorstelling van de ingrediënten, de smaak, verschillende kookstijlen en snijwijzen, voor kleur en presentatie.*

- lesgever:            **Tine Tomme**

Info & inschrijvingen bij **SOULFOOD/Avalon**    Geldmunt 32    9000 Gent  
09 224 37 24    info@restaurantavalon.be    [www.soul-food.be](http://www.soul-food.be)

**UURROOSTER:** Vrijdag 19h30 - 22h30; zaterdag van 9h30 – 12h30 & 14 – 18h

*Ook studenten van andere scholen (als nascholing)  
en geïnteresseerde leken kunnen deze workshops volgen.  
Voor cursussen met (\*) is wel basiskennis van shiatsu nodig!*



### **GEVORDERDE TECHNIEK (\*)**

*Herhalingsles en uitdieping van Cyclus I, aangevuld met de studie en het inoefenen van gevorderde shiatsutechnieken op de stoel en in zijlig, technieken met voeten, knieën, voorarmen en ellebogen...  
Behandeling van kinderen zwakke personen en zwangere vrouwen...*

**30 september & 1 oktober**

-lesgever: **Frans Copers**



### **OOSTERSE DIAGNOSE (\*)**

*Naast vragen stellen (mon-shin), luisteren (bun-shin), visuele lichaamsobservatie (bo-shin) spelen aanraking en palpatie, zoals de hara-diagnose (setsu-shin), meridiaan- en puntendiagnose (shoku-shin) in shiatsu een grote rol. Alles wat zich in het lichaam afspeelt manifesteert zich aan de buitenkant met name op de huid...*

**7 & 8 oktober**

-lesgever: **Frans Copers**



### **DE NATUURLIJKE HUISAPOTHEEK**

*Praktijklessen om met de macrobiotische basisproducten snelle en simpele bereidingen te maken die zullen helpen onze gezondheid te bevorderen of te herstellen en symptomen te bestrijden, zoals koezoedrank, umesjoban, daikondrank, ransho...*

*Natuurlijke uitwendige behandelingen die symptomen verlichten en klachten helpen genezen: gemberkompres, arbi-, mosterdpleister, lotus...*

**28 & 29 oktober**

-lesgever: **Carine Vanhalst**



### **DIEPERE MERIDIAANSTUDIE EN EHBO-PUNTEN (\*)**

*Praktische toepassing in de shiatsupraktijk van meridianen en tsubo (acupunctuurpunten) met verdere studie van symptomen en hun verband met de organen; toepassingen van de werking van de vijf-elemententheorie; YU (mu)- & BO (shu)-punten; inwendige meridianen; acute problemen en hun directe oplossingen (EHBO)...*

**4 & 5 november**

-lesgever: **Gérard Heijnen**



## DE SPIERTEST (\*)

*Introductie van een eenvoudige en praktische methode om iemands conditie te evalueren, je observaties te checken en de achtergronden en diepere oorzaken van allerlei symptomen en klachten te achterhalen... De techniek wordt natuurlijk ingepast in en geïllustreerd binnen de shiatsu-behandeling en overvloedig geïllustreerd.*

**18 & 19 november**

-lesgever: **André Poppe**

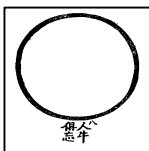


## KI TRAINING

*HARA-versterkende oefeningen.. Je eigen individuele conditie speelt hierin natuurlijk een grote rol! Daaraan wordt op dit weekend gewerkt. Via allerlei oefeningen, dynamisch of stil, die je thuis verder nog kan gebruiken, ga je je KI opladen, trainen, leren bewaren en versterken...*

**2 & 3 december**

-lesgever: **Luc Covents**



## SEIKI INTRODUCTIE (A) wordt herhaald in het voorjaar!

*Seiki is een methode ontwikkeld door Kishi-sensei, die deze techniek, communiceren via aanraking, op een hoog niveau heeft getild. Via respectvolle, vrij lichte touch leer je iemands energie aanvoelen en creëren je de ruimte waarin iemands levenskracht spontaan in beweging komt en natuurlijke genezingsprocessen in gang worden gebracht.*

**9 & 10 december**

-lesgever: **Frans Copers**

## DE VIJF TRANSFORMATIES: TOEPASSINGEN OP KOOKGEBIED



*Vijf kooklessen waarin het yin-yang evenwicht wordt gerespecteerd, maar vooral aandacht wordt besteed aan de toepassing van de vijf elementen en hun effect op je gezondheid en de dynamiek van de orgaansystemen. Koken volgens de seizoenen en in harmonie met je conditie en hoe je organen en functies dmv voeding ondersteunen.*

-lesgever:

**Tine Tomme**

Info & inschrijvingen bij

Restaurant **Avalon (SOULFOOD)** Geldmunt 32 9000 Gent  
09 224 37 24 info@restaurantavalon.be www.restaurantavalon.be

**TOTAALPRIJS TWEEDE CYCLUS NAJAAR** (eerste semester) **760 €**  
**Prijs per weekend:** **120 €**

*De kooklessen niet inbegrepen, die zijn apart te betalen bij Avalon.*



二人は氣を調和させ

De derde Cyclus is een samenwerking tussen twee scholen:  
*het Kimura Shiatsu Instituut en Manipura* en wordt opgesplitst in drie blokken die elk in hun geheel moeten worden gevolgd.  
Ze gaan afwisselend door in Gent of Zele.

*Programma op aanvraag...*

## SEIKI 2011



Seiki is een methode ontwikkeld door Kishi-sensei, die na jarenlange ervaring deze manuele techniek, communiceren via aanraking, op een hoog energetisch niveau heeft getild. Via respectvolle, vrij lichte touch leer je iemands energie aan te voelen en creëer je de ruimte waarin iemands levenskracht spontaan in beweging komt en natuurlijke genezingsprocessen in gang worden gebracht.

**9 & 10 december**

Initiatie

**-bijdrage:** 120 €

**-lesgever:** Frans Copers

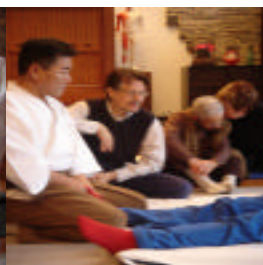
vrijdagavond van 19h30 tot 22h30 en zaterdag van 9h30 tot 12h30 en van 14h tot 18h.

## 2 MASTER COURSES

**13 tot 15 mei in Affligem (residentieel) en  
11 tot 13 november in Gent in de Panoramische zaal (niet residentieel)**  
van *vrijdagavond 19h30 tot zondag 17h...*

**-lesgevers:** *Akinobu & Kyoko Kishi*

**-inschrijving:** *09 225 29 04 (tssn 9 en 10 AM) of [info@kimura.be](mailto:info@kimura.be)*



Vraag de detailfolder of kijk op onze websites

[www.kimura.be](http://www.kimura.be)

[www.seikisoho.be](http://www.seikisoho.be)

Informatie en inschrijvingen: stuur een mailtje of bel even op tssn 9 & 10 AM

## MEER INFO

### STAGE DERDE CYCLUS

De stage, door de BSF opgelegd om de Basis Shiatsu Opleiding af te ronden bedraagt samen **54 uur** of zes maal een weekend van 9 uur, zoals gewoonlijk op vrijdagavond en zaterdag de ganse dag. De bijdrage is **500 €** voor de zes stageweekends ( om de beurt in Gent en Zele).

### BASIS MEDISCHE OPLEIDING

Over de criteria van de medische vakken die later zullen nodig zijn om als beroep erkend te worden is nog steeds geen duidelijkheid. Dus hebben we besloten om hier dan maar zelf werk van te maken en een curriculum op te stellen..Het wordt in elk geval een module die op zichzelf staat als aanvulling bij de shiatsu opleiding.

### EXAMENS

Volgend examen voor **CYCLUS I en II** worden ingericht op  
**zaterdag 3 september 2011**

Vergeet niet je verslagen in te leveren en al je credits of je studentenboekje mee te brengen. Het examen bestaat uit een schriftelijke proef ('s voormiddags om 10u), en een mondelinge en een praktische test ('s namiddags), door twee leraren afgenomen.

Het examengeld bedraagt **65 €** voor CI en voor CII. Hiervan gaat een deel naar de Belgische Shiatsu Federatie, die het diploma homologeert.

**INSCHRIJVING IS VEREIST! Vragen? Bel ons gerust op tssn 9 & 10 AM...**



## DE 11 de NATIONALE SHIATSUDAG 2011 van de BELGISCHE SHIATSU FEDERATIE



**Datum:**

**Zondag 11 september 2010-03-26**

**Locatie:**

Nog te bepalen

**THEMA:**

De plaats van Shiatsu in onze maatschappij.

*Enkele sfeerbeelden van het KSI en de lessen...*

