

Nirte Kai Uzichil – Week-end de Formation – 1 & 2 Juillet 2017

Dates : 1^{er} et 2 juillet de 9h à 18h

Lieu : La Baie des Singes à Cournon d’Auvergne (63)

Tarifs : la formule recommandée comprend un massage* reçu pour 30 € au lieu de 49 €

→ Formule recommandée = 1 massage* reçu (semaine précédent le stage) + formation 2 jours

Adhérents : **200 €**

Non-adhérent : **215 €**

→ Formule sans massage* avant le stage – formation 2 j.

Adhérents : **170 €**

Non-adhérent : **185 €**

Infos pratiques :

→ Stage assuré **min. 4 inscrits / max. 8 pers.**

→ Prévoir un repas pour midi

→ Matériel à prévoir (v. fin de page)

Présentation détaillée de la formation :

Les **Uzichils** (massages* du Kalarippayat) sont différenciés en fonction de la partie du corps utilisée pour masser et de la position adoptée par la personne qui reçoit le massage* : les masseurs utilisent les mains ou les pieds et le massage* peut être reçu debout, assis ou allongé.



Ce stage vise à transmettre un **Nirte Kai Uzichil** – massage* par les mains, reçu debout et assis, qui est à l’origine utilisé pour la réanimation d’une personne blessée en combat. Pour ce faire il convient de rétablir la circulation énergétique, perturbée par un coup ou une chute. Ce qui fonctionne dans un cas extrême est également opérant pour des situations moins critiques et pour rétablir les déséquilibres que chacun de nous rencontre au cours d’une vie. Il s’agit d’un massage* holistique qui couvre l’ensemble des **Nadis** (lignes d’énergie) principaux et permet donc d’acquérir des gestes pour intervenir sur chaque partie du corps. Ainsi il peut être dispensé dans son intégralité ou partiellement pour agir sur une zone spécifique.



Ce massage* est également le seul qui soit accessible à des personnes qui ne sont pas initiées au kalarippayat ou à une pratique martiale équivalente, car il ne requiert pas une parfaite maîtrise de nos postures basses et du sens de l'équilibre nécessaire pour jauger les pressions administrées. C'est la raison pour laquelle cette formation constitue le premier niveau d'apprentissage des uzichils. Les techniques plus avancées ne seront transmises qu'à des élèves ayant déjà assimilé les bases de la pratique martiale.



Contenu du stage :

→ **le set de massage** divisé en trois parties : la tête, le tronc et les membres supérieurs et enfin les jambes. Chaque élève recevra, dispensera et observera la technique avant de la consigner sur des supports de prise de notes pré-remplis.

→ les **principes de base de l'Ayurveda**, mais succinctement car si notre approche a de nombreux points communs avec cette médecine traditionnelle, elle s'en distingue néanmoins et l'administration d'un nadi uzichil ne nécessite pas une connaissance poussée des concepts ayurvédiques (qui devient nécessaire lorsque nous dispensons un traitement ciblé).

→ le **corps énergétique** (Chakra, Nadis et Marmas), en se concentrant en particulier sur les nadis envisagés essentiellement du point de vue physiologique en tant que chaînes musculaires.

→ les **huiles utilisées** pour le massage : nous utiliserons des huiles ayurvédiques importées du Kerala (Inde du Sud) ainsi que des huiles végétales plus facilement disponibles en Europe et nous verrons brièvement comment adapter l'huile utilisée aux besoins spécifiques que nous pouvons rencontrer.

Matériel à prévoir :

→ deux serviettes et un savon pour la douche : prévoyez une serviette pouvant absorber de l'huile pendant le massage et une autre pour se sécher après les douches .

→ vos huiles si vous le souhaitez, tout en sachant que nous fournirons différentes huiles pour le stage, il peut être intéressant de profiter de l'occasion pour comparer.

→ vêtements légers et confortables permettant notamment de fléchir ses jambes ; évitez de porter des manches longues.

Contacts inscriptions (50 € d'arrhes à verser) :

→ info@akape.net

→ Mathieu : 06 41 40 44 03

→ Aurélie : 06 50 04 88 38 / 06 49 60 13 69

Rendez-vous Massage individuel

- Entre les 24 et 30 juin -

→ Olivier : oliv.livon@gmail.com

A Aubière (63170)

(*) « uzichil » se traduit par « massage », l'intervenant a reçu une formation au sein de la Kerala Kalaripayattu Academy en Inde, mais il n'est pas titulaire du titre de masseur kinésithérapeute. Notre approche est basée sur un art traditionnel pour lequel il n'existe pas d'équivalence dans les diplômes français.