



ITCCA Grenoble

Branche régionale de l'International Tai Chi Chuan Association
929 Route de la Sure. 38880 Autrans-Méaudre en Vercors
Email : info@xpeo.fr
Tel. 07 69 86 86 82



Stage d'initiation à la TMESE

Technique manuelle d'équilibration somato-énergétique

Vendredi 8, 14h au dimanche 10 Mars 2024, 15h.

Il s'agit d'une méthode manuelle codifiée, originale et protégée, créée par deux ostéopathes holistiques (Mrs. Dufour et Pasquet) et qui s'appuie sur des pratiques de toucher et de ressenti simples mais subtiles et spécifiques basées sur des connaissances anatomiques et physiologiques.

L'apprentissage du TMESE s'adresse à toutes et tous sans pré-requis et permet d'acquérir un équilibre et un bien-être pour autrui et pour soi-même (auto-soin).

Au cours de cette formation vous bénéficierez d'un rappel anatomique succinct mais assez complet suivi de l'explication et la mise en place pratique de cette méthode.

Paul Woo Fon nous accompagnera par des temps de pratique grâce à sa méthode XPEO. Ces exercices nous permettront d'être encore plus dans la présence et la verticalité en tant que praticiens.

Ce stage s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent se former professionnellement ou découvrir et développer à titre personnel,

Horaires : Vendredi : 14h à 18h

Samedi : 9h00 – 17h, avec un temps de pause à midi

Dimanche : 9h00 – 15h, avec un temps de pause à midi

Lieu : Institut XPEO, Autrans

Participation : 220 € pour les 3 jours, (chèque à l'ordre de ITCCA Grenoble)

Stage dirigé par Bernard DUFOUR (TMESE) et Paul Woo Fon (XPEO)

Nombre de places limité à 12 personnes pour un meilleur suivi, ne tardez pas à vous inscrire.

Hébergements * :

A 3 minutes à pieds : Escandille : Tél 04 76 95 32 02 • <https://escandille.com>

Gîte à côté du centre, 10 à 15mn à pied : La Ferme des Epérières • www.les-eperieres.fr

Gîte plus économique à Méaudre : Gîte les Epicéas • 06 70 86 79 01 • Denis Galloti • 20€ /nuit, adhésion 10€

Autres hébergements sur le site de l'OT d'Autrans.

* Nous disposons au centre quelques chambres doubles ou plus, hébergement en pension complète, participation au frais. Nous contacter pour connaître les disponibilités.

Bulletin d'inscription à renvoyer à : Institut XPEO, 929 route de la Sure, 38880 Autrans

Nom et Prénom : _____

Adresse complète : _____

Tél. : _____ Email : _____

Je m'inscris à la formation TMESE du 07 au 10 Mars 2024, et je verse un chèque de 220 € *, égal au montant total de l'inscription (à l'ordre de ITCCA Grenoble)

Je désire un reçu pour le règlement de la participation (qui sera remis lors du stage)

Covoiturage souhaité

Date :

Signature :