



Stage d'aide à soi-même **JIN SHIN JYUTSU**

LIVRE II

**"Me Connaître Moi-Même C'EST,"
(Les Verrous de "SAUVEGARDE" de
l'Énergie et les
clés de l'Humanité)
de Mary Burmeister**

**22 et 23 août 2026
Tarascon en Provence (13150)**

**Animé par
Claire Carrière**

Jin Shin Jyutsu

Un art de soins Japonais redécouvert il y a un siècle par Jiro Murai et Mary Burmeister.

L'art du Jin Shin Jyutsu revitalise et harmonise le corps, le mental et les émotions. Cet art surprend par sa simplicité et son efficacité; il peut être appliqué facilement sur soi-même comme sur les autres. Il est ouvert à tous.

Ce stage s'adresse à toute personne qui souhaite découvrir l'art du Jin Shin Jyutsu. Il constitue dans le même temps un approfondissement de leurs connaissances pour ceux qui ont déjà une expérience du Jin Shin Jyutsu.

Le fil conducteur de ces deux journées d'enseignement sera le - Livre II - d'aide à soi-même écrit par Mary Burmeister: «Introduction au Jin Shin Jyutsu EST.(suite)» nommé également *Physio-Philosophie* - Conscience de soi-même – (Nature – Réalité sans effort)

Le temps sera partagé entre la découverte des thèmes qu'il aborde et la pratique sur soi des séquences de Jin Shin Jyutsu que Mary Burmeister a choisi de nous proposer.

Ce livre peut devenir un véritable pilier d'équilibre dans votre vie quotidienne.

Ce stage s'inscrit dans le triptyque suivant:

Livre I

"L'Art de me connaître moi-même C'est"
(Introduction au Jin Shin Jyutsu EST)

Livre II

"Me Connaître Moi-Même C'EST."
(Les Verrous de "SAUVEGARDE" de l'Énergie et les clés de l'Humanité)

Livre III

"La technique de Moi-Même C'est" - *Physio- Physiologie*"
(S'amuser avec doigts et orteils)

Livre II , Thèmes abordés :

"Me Connaître Moi-Même C'EST. (suite)."

(Les Verrous de "SAUVEGARDE" de l'Énergie et les Clés de l'Humanité)

1. Depuis trois flux essentiels (le courant central, les superviseurs et les médiateurs), aborder la connaissance des verrous de sauvegarde de l'Énergie :

Que sont-ils ?

Où sont-ils situés ?

Que nous apportent-ils ?

2. Par la pratique sur soi d'exercices simples, aller à la rencontre des verrous de sauvegarde de l'énergie : les ressentir, les écouter, les vivre et, dans le même temps, respirer, s'apaiser et se régénérer soi-même.

Enseignement proposé par :

Claire Carrière, Praticienne en Jin Shin Jyutsu depuis 2012 dans le Loiret et formatrice en aide à soi-même depuis 2013, elle enseigner la pratique sur autrui depuis 2020.. Elle est également professeur de piano et concertiste.

Informations – Organisation :

Site Français:
jinshinjyutsu-asso.fr/agenda
jsj.fr

Lieu du Stage:
748, route de Maillane
13150 Tarascon en Provence

Contact:
Claire Carrière : 06-03-94-11-71
claire.carriere@yahoo.com

Déjeuner:

Sur place (si vous le souhaitez, mise en commun d'un plat ou d'une boisson apporté par chacun)

Prévoir:

De quoi noter (papier, stylos de couleur), tenue souple

Tarifs:

Nouveau stagiaire :

- 230€ le stage, livre II inclus,
- 212€ le stage ,sans livre II (si vous possédez déjà ce livre),

Ancien stagiaire (Livre II dispensé par Claire Carrière) et Membre A&M ou Jsj-asso:

- 162€ le stage, sans livre II (si vous possédez déjà ce livre),
- 180€ le stage, Livre II inclus,

Règlement:

Par chèque(s) à l'ordre de Claire Carrière
En espèces ou par Virement par RIB (nous contacter)

Arrhes: 70€ lors de l'inscription

Solde: Au 1er jour du stage

Inscription au Stage Jin Shin Jyutsu

(22 et 23 août 2026 à Tarascon en Provence)

Nom:

Prénom:

Adresse postale:

Adresse courriel:

N° de téléphone(s):

Remplir le tableau en entourant le choix/tarif vous correspondant :

	Avec Livre II	Sans Livre II
Nouveau Stagiaire <i>stage Livre II</i>	230€	212€
Ancien Stagiaire *et membre A&M ou Jsj-asso <i>stage Livre II</i> (*si participation à un stage Livre II avec Claire Carrière)	180€	162€

Remarques/ demandes particulières :

Inscription à retourner à :

Claire Carrière - 5, rue du Rouet - 13150 Tarascon en Provence