

## Shibashi à Delémont

### Rue du Vorbourg 4 – Centre St-François

Une proposition du Service du Cheminement de la Foi  
de l'Eglise catholique du Jura pastoral

- ❖ sur inscription au **078 758 61 04**
- ❖ durée : 1h / fr. 10.- la séance

Un vendredi matin par mois de 9h30 à 10h30

13 janvier 2023	21 avril 2023
17 février 2023	12 mai 2023
24 mars 2023	16 juin 2023



## Shibashi à Courcelon

### Grand-Rue 39 – Espace Pré en bulle

- ❖ sur inscription au **078 758 61 04**
- ❖ durée : 1 heure / fr. 10.- la séance

Des vendredis matins de 9h-10h

20 janvier 2023  
10 février 2023  
10 mars 2023  
02 juin 2023

Des jeudis soirs de 19h-20h

30 mars 2023  
20 avril 2023  
4 mai 2023  
29 juin 2023

[linspirale.ch](http://linspirale.ch) – France Crevoisier

## SHIBASHI

Courcelon – Porrentruy – Delémont  
Dates du premier semestre 2023



## Shibashi à Porrentruy

### Rue Thürmann 6 – Relais des Tilleuls

Une proposition du Service du Cheminement de la Foi  
de l'Eglise catholique du Jura pastoral

- ❖ sur inscription au **078 758 61 04**
- ❖ durée : 1h / fr. 10.- la séance

Un vendredi matin par mois de 10h à 11h

27 janvier 2023	05 mai 2023
03 mars 2023	26 mai 2023
31 mars 2023	30 juin 2023

[linspirale.ch](http://linspirale.ch) – France Crevoisier

Pour vous soutenir dans votre pratique

## Oracle Shibashi

Entre la terre et le ciel

18 cartes qui représentent chacune les 18 mouvements de base du Shibashi avec une mise en évidence en couleur des éléments de la Création

accompagnées d'une grande feuille pliée recto/verso qui décrit les aspects spirituels et les effets bénéfiques de chaque mouvement.

**Utile** pour

- (re)découvrir la pratique des 18 mouvements de base
- faire un tirage de cartes et pratiquer l'un ou l'autre mouvement de façon plus approfondie
- rechercher à l'aide de la grande feuille pliée quel est le mouvement qui convient le mieux à votre état du moment

Une **co-réalisation** de :

- France Crevoisier, thérapeute -> [linspirale.ch](http://linspirale.ch)
- Sophie Desvilles, artiste-maïeuticienne

qui se sont rencontrées lors du parcours de formation certifiante en Shibashi organisé par Shibashi-romandie.

Prix : fr. 35.-

Pour l'obtenir : **078 758 61 04** ou [info@linspirale.ch](mailto:info@linspirale.ch)

Le Shibashi appartient à la famille du Qi Gong.

Tous les mouvements sont effectués sans efforts physiques excessifs, puisqu'ils se doivent d'être lents et harmonieux.

Le Shibashi convient à tout public.



**Celui ou celle qui pratique le shibashi régulièrement acquiert « la sérénité spirituelle du sage, la robustesse physique du bûcheron et la souplesse du nourrisson. »**

*Auteur inconnu*