



## Christophe Léry

Ingénieur Arts et Métiers ( ENSAM), c'est en finissant ses études à Paris en 1994 qu'il découvre la civilisation ancienne traditionnelle chinoise par la rencontre de maître enseignants des disciplines corporelles et arts martiaux internes. Il se passionne pour ce travail et décide après quelques années passées dans l'industrie d'orienter sa vie professionnelle vers le travail du corps et le développement de l'humain.

Ainsi, il exerce à partir de 2000 les fonctions d'enseignants dans l'éducation nationale et enseigne depuis 2003 le Qi Gong et le tai Chi Chuan pour différents public dans les espaces municipaux de la ville de Toulouse à travers l'association Douceur de Vie.

[www.douceurdevie.com](http://www.douceurdevie.com)

En 2011, il fonde l'entreprise SAGESSES qui a créé des méthodes originales issues des arts martiaux internes et des sciences cognitives afin d'apporter des outils aux collaborateurs pour mieux gérer leur stress et améliorer leur communication interpersonnelle favorisant ainsi une meilleure efficacité professionnelle. Parmi les clients de SAGESSES, Cegos, Airbus...

[www.sagesses.biz](http://www.sagesses.biz)

Suite à plusieurs formations en Shiatsu, en France et aux USA, Christophe obtient le titre de spécialiste en Shiatsu et donne depuis 2019 des séances de soins pour particuliers à Toulouse et en Ariège. Il propose également des interventions en Shiatsu sur chaise pour les institutions et les entreprises dans le cadre de la qualité de vie au travail et la prévention des TMS et risques psycho-sociaux.

[www.douceurdevie.com/shiatsu](http://www.douceurdevie.com/shiatsu)

- Praticien en Shiatsu thérapeutique, école FuJi TaiChan.
- Titre Spécialiste Shiatsu SPS.
- Chi Nei Tsang, massage des organes Taoïste
- CQP animation sportive Sports pour tous
- Pilates certificate Matwork 1
- Ingénieur Arts et Métiers & CAPES Mathématiques

- Pratique du Qi Gong et Tai chi Chuan depuis 1994
- Enseigne le Qi Gong et le Tai chi Chuan depuis 2003
- Pratique du Yoga depuis 2012.
- Formé à l'Hoshino thérapie par Richard Zukowski (USA)
- Formé à la Communication Non Violente.