

# **Programme du Cours de praticien de Shiatsu professionnel**

## **De l'Institut de Shiatsu et d'Energétique Chinoise**

### **Les objectifs de formation**

Apprendre à s'ancrer et se positionner.

Apprendre les techniques fondamentales du shiatsu.

Approfondir et affiner son approche et sa pratique du travail sur les méridiens.

Enrichir et approfondir ces connaissances de la médecine traditionnelle chinoise et de ces principes.

Affiner ces connaissances du Do In et des auto massages.

Intégrer la posture et le positionnement déontologique du praticien.

Approfondir et enrichir ces connaissances anatomiques et physiologiques par les enseignements et les principes de la médecine traditionnelle chinoise.

Intégrer des principes diététiques au regard de la médecine traditionnelle chinoise.

### **Pour qui**

Toutes personnes désireuses d'acquérir des notions techniques et théoriques avancées en shiatsu et en médecine traditionnelle chinoise et ayant effectuées le cursus de Shiatsu de bien-être.

Tous praticiens de santé et de bien-être ayant effectués le cursus de Shiatsu de bien-être et souhaitant acquérir une pratique professionnelle.

Toutes personnes souhaitant acquérir des techniques et des connaissances professionnelles en shiatsu et en médecine traditionnelle chinoise en vue d'une formation ou d'une reconversion professionnelle dans le cadre des métiers de praticien de santé ou de bien-être.

### **Prérequis**

Avoir effectué le cursus de Shiatsu de bien-être.

### **Quand et comment**

Sous la forme de 9 sessions de 2 jours soit 135 heures de formations.

### **Le programme formation**

#### 1<sup>ère</sup> session

La posture du praticien, déplacement au sol et ancrage.

Apprentissage d'un Do In ostéo articulaire.

Apprentissage de la pratique du shiatsu fondamental.

Apprentissage d'étirements des axes corporels (bassin, lombaires, dorsales, cervicales).

Repérage des trajets de méridiens et des points antiques.

Mobiliser l'énergie par le travail sur le méridien.

Indications et contre-indications.

## 2<sup>ème</sup> session

Retour sur les données de bases.

Enrichissement et approfondissement sur les données de bases et les outils du bilan énergétique.

Approfondissement sur les 12 méridiens.

Retour sur la pratique du shiatsu fondamental et le placement des points de tonification et de dispersion.

## 3<sup>ème</sup> session

retour sur la posture du praticien et l'ancrage.

Apprentissage du Misogi, Do In de Nakasano Senseï.

Apprentissage d'un protocole d'ampuku, travail du ventre en Shiatsu.

La posture déontologique et éthique du praticien.

Révision des trajets de méridiens et des points de tonification et de dispersion.

Indications et contre-indications.

## 4<sup>ème</sup> session

Etude du système corporel associé au principe du Bois.

Fonctionnement de l'organe et du viscère en lien avec ce principe et liens avec la médecine traditionnelle chinoise.

Etude des pathologies du système corporel associé à ce principe et lien avec l'énergétique.

Etude des signaux d'alarme sur l'organe, le viscère ou le système corporel appelant à la précaution ou à la contre-indications de la pratique du shiatsu.

Pratique du shiatsu et repérage corporel et placement des points associés à ce principe (Shu antiques, point Mu, et points d'assentiments).

## 5<sup>ème</sup> session

Etude du système corporel associé au principe de la Terre.

Fonctionnement de l'organe et du viscère en lien avec ce principe et liens avec la médecine traditionnelle chinoise.

Etude des pathologies du système corporel associé à ce principe et lien avec l'énergétique.

Etude des signaux d'alarme sur l'organe, le viscère ou le système corporel appelant à la précaution ou à la contre-indications de la pratique du shiatsu.

Pratique du shiatsu et repérage corporel et placement des points associés à ce principe (Shu antiques, point Mu, et points d'assentiments).

## 6<sup>ème</sup> session

Etude du système corporel associé au principe du Métal.

Fonctionnement de l'organe et du viscère en lien avec ce principe et liens avec la médecine traditionnelle chinoise.

Etude des pathologies du système corporel associé à ce principe et lien avec l'énergétique.

Etude des signaux d'alarme sur l'organe, le viscère ou le système corporel appelant à la précaution ou à la contre-indications de la pratique du shiatsu.

Pratique du shiatsu et repérage corporel et placement des points associés à ce principe (Shu antiques, point Mu, et points d'assentiments).

### 7ème session

Etude du système corporel associé au principe de l'Eau.

Fonctionnement de l'organe et du viscère en lien avec ce principe et liens avec la médecine traditionnelle chinoise.

Etude des pathologies du système corporel associé à ce principe et lien avec l'énergétique.

Etude des signaux d'alarme sur l'organe, le viscère ou le système corporel appelant à la précaution ou à la contre-indications de la pratique du shiatsu.

Pratique du shiatsu et repérage corporel et placement des points associés à ce principe (Shu antiques, point Mu, et points d'assentiments).

### 8ème session

Etude du système corporel associé au principe du Feu.

Fonctionnement de l'organe et du viscère en lien avec ce principe et liens avec la médecine traditionnelle chinoise.

Etude des pathologies du système corporel associé à ce principe et lien avec l'énergétique.

Etude des signaux d'alarme sur l'organe, le viscère ou le système corporel appelant à la précaution ou à la contre-indications de la pratique du shiatsu.

Pratique du shiatsu et repérage corporel et placement des points associés à ce principe (Shu antiques, point Mu, et points d'assentiments)

### 9ème session

Notion de diététique de base.

Retour sur les données de bases de la MTC et lien avec les 5 saveurs.

Les concepts de base d'une juste diététique (composition de l'assiette, hydratation, mastication).

Symbolique alimentaire et lien avec les 5 principes.

Adaptation des principes orientaux à notre alimentation occidentale.

## **Les Moyens Pédagogiques**

Travail en groupe ou en binôme (donneur/receveur).

Fournitures de supports (documents, planches pédagogiques, fascicules de formation), et matériels pédagogiques (tapis de sol pour la pratique, draps d'examens).

## **Suivi et évaluation**

Signature d'une feuille d'émargement.

Attestation de formation professionnelle.

Examens en fin de cursus.

**Prix**

4500 Euros

**Dans un souci de qualité, ce cursus est ouvert à un effectif maximum de 6 personnes/session.**