

# **Programme du Cours de Shiatsu Familial**

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

### **Les objectifs de formation**

Acquérir des protocoles de détente simple et efficace en Shiatsu.  
S'initier aux différentes formes de travail et de toucher sur les points et les méridiens.  
S'initier aux pratiques énergétiques.  
Découvrir les principes fondateurs sur lesquelles s'appuient les pratiques orientales.  
Appréhender ce que peut être une formation en Shiatsu de bien être ou thérapeutique.

### **Pour qui**

Toutes personnes souhaitant acquérir des protocoles de détente simple en shiatsu.  
Toutes personnes désireuses d'acquérir des notions techniques et théoriques en shiatsu.  
Tous praticiens de santé souhaitant enrichir leur pratique professionnelle d'un outil complémentaire.  
Toutes personnes souhaitant acquérir des bases 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**

Aucun

### **Quand et comment**

Sous la forme de 4 sessions de 2 jours soit 60 heures de formations.

### **Le programme formation**

#### 1<sup>ère</sup> session

Pratique d'exercices de préparation et d'étirements issus du Taïso et Do In (autoshiatsu).  
Protocole de Shiatsu des mains.  
Protocole de Shiatsu des pieds.  
Protocole de Shiatsu du visage.

#### 2<sup>ème</sup> session

Apprentissage d'un protocole d'équilibrage énergétique général en Shiatsu.  
Travail des rythmes.  
Indications et contre-indications.

### 3<sup>ème</sup> session

Apprentissage d'un protocole de Shiatsu assis.  
Indications et contre-indications.

### 4<sup>ème</sup> session

Révision du protocole d'équilibrage énergétique général en Shiatsu.  
historique du shiatsu et de la médecine chinoise et notion fondamentale.  
Le Tao, Le Yin, le Yang et l'Homme.  
Formation et distribution des souffles et de l'énergie.  
Les énergies nourricières et défensives/ les marées énergétiques/ les 5 principes énergétiques.

### **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**

1650 Euros

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