

Formation Shiatsu

Description/Définition

Issu des grandes traditions orientales, le Shiatsu est une technique de soins manuelle, se pratiquant par une succession de pressions des doigts ou des mains sur le corps.

Mis au point par les Japonais, le Shiatsu utilise les principes de la médecine chinoise, les pressions exercées suivent les méridiens d'acupuncture, dans le but d'une harmonisation des énergies de tout le corps.

Pré-requis/Public

Avoir une pratique et expérience dans une technique de toucher. Cette formation s'adresse prioritairement aux professionnels du soin du corps et les professionnels de santé souhaitant s'approprier rapidement une technique corporelle efficace.

Objectifs de la formation

Cette formation évolutive a été conçue pour acquérir les gestes de base du Shiatsu et du shiatsu assis (amma), s'approprier des protocoles immédiatement utilisables avec des effets incontestables pour toute tension liée au stress, problèmes de sommeil, mal de dos, etc... , acquérir les bases théoriques de la médecine chinoise, connaître les trajets des méridiens principaux et savoir dans quel cadre intervenir ou s'exclure de la demande du client.

Contenu Niveau 1 : Harmonisation générale

Présentation du massage (origine, positionnement,...)

Techniques sur le dos

Techniques sur les membres inférieurs

Techniques sur les épaules et la nuque

Techniques sur la tête et le visage

Protocole complet, indications, contre-indications

Contenu Niveau 2 : Shiatsu des membres et outils de lecture énergétique

Révision et corrections de la pratique du niveau 1

Techniques sur les hanches

Lecture énergétique du dos (vides et excès)

Techniques spécifiques par méridien, priorités

Equilibration générale

Techniques complémentaires sur les épaules et les membres supérieurs

Repérage des points de tonification

Apports théoriques sur les bases de la MTC, indications, contre-indications

Contenu Niveau 3 : L'Homme entre Ciel et Terre (bases de la MTC) et Do-In

Yin-Yang, les 5 éléments

Les 5 principes (biosphère, psychologie, morphologie,..)

Les Lois et cycles (Cheng et Kô)

Les 14 méridiens principaux (trajet, points de tonification et de dispersion)

Les points d'alarme -MÔ-, les points antiques, les saveurs

Apprentissage du protocole court d'exercices de Do-In (travail préparatoire du corps pour les praticiens en énergétique et thérapeutes)

Contenu Niveau 4 : Shiatsu Assis (Amma)

Présentation du massage (origine, positionnement,...)

Techniques sur le dos

Techniques sur les bras

Techniques sur la tête

Protocole complet

Indications, contre-indications

Durée

64 heures (8 jours)