

## Module 2 UF 21 – 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.

### Prérequis/Public

Aucun. Cette technique va offrir une technique corporelle efficace aux étudiants qui auront choisi le Massage Classique comme technique manuelle principale ou à ceux qui auront suivi le cursus de Réflexologie générale et qui auront choisi cette approche en lieu et place de la Réflexologie orientale.

### Objectifs de la formation

Au terme de la formation, l'apprenant sera en mesure de répondre aux objectifs ci-dessous, et ce, d'après les niveaux évaluatifs exigés.

- Décrire et expliquer les origines du Shiatsu. **W2**
- Réaliser une harmonisation générale à partir des protocoles enseignés durant le cours (Dos, membres inférieurs, membres supérieurs, épaules nuque, tête et visage).  
**A1/W2/W3**
- Connaître les différents protocoles de Shiatsu assis (Amma) enseignés durant le cours.  
**A1/W3**
- Expliquer pourquoi le Shiatsu a des effets incontestables pour toute tension liée au stress, problèmes de sommeil, mal de dos, etc... **W2**
- Pondérer et décider dans quel cadre intervenir ou s'exclure de la demande du client. **W3**

### Contenu

#### *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

### ***Shiatsu Assis (Amma)***

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

Techniques sur le dos

Techniques sur les bras

Techniques sur la tête

Protocoles complets

Indications, contre-indications

#### **Durée**

32 heures

