

Intitulé de la formation proposée :

**Accompagnement et Communication par le Toucher Shiatsu.**

**Objectif de la formation en 500 heures :**

**Certificat Fédéral de Praticien en Shiatsu délivré par la Fédération**

**Française de Shiatsu Traditionnel FFST en 4 ans.**

**Horaires de la formation : 9h à 13 h 00 et 14h30 à 17 H30**

Heures d'application personnelle hors formation : 250 h

**Cursus de la formation Accompagnement et Communication par le Toucher Shiatsu**

**Les bases fondamentales : Shiatsu 1<sup>er</sup> degré 125 h**

**Les dates 2020/21 :**

**26/27 septembre 2020 – 17/18 octobre – 14/15 novembre – 12/13 décembre-  
16/17 janvier 2021 – 27/28 février – 13/14 mars – 10/11 avril – 8/9 Mai –**

**Contrôle Annuel pratique et théorique le 9/05 de 9h à 19h.**

**Stage complémentaire DO-IN Automassage du Shiatsu les 31 octobre et 1 novembre.**

Apprentissage du DO-IN complet sur le Corps.

Cette discipline corporelle permet à chaque Praticien et participant de donner et de pratiquer individuellement des exercices d'entretien global du corps et préventif du stress.

**Au Programme :**

Apprentissage et Localisation des 12 Méridiens et des points principaux.

Protocole complet du DO-IN

Etirements des Méridiens Principaux

Respiration et Visualisation en Conscience du Corps.

**(PDF d'inscription en ligne sur le site web de l'école page Formation)**

## **Stage complémentaire Aromapuncture des 5 mouvements en 5 journées.**

### **(PDF d'inscription sur le site de l'École page Formation)**

#### **Introduction à l'Aromathérapie**

L'utilisation des huiles essentielles en relation avec le Toucher Shiatsu et les TSUBOS (points d'acupuncture)

Apprentissage des points essentiels et mise en œuvre.

Rôle des huiles essentielles par l'olfaction en relation avec les 5 Mouvements de la MTC.

Exercices de visualisation-respiration pour la détente et le bien être avec les Huiles essentielles.

1 journée consacrée à chacun des 5 éléments avec les huiles essentielles nécessaires pour chaque saison et ses désordres (froid, humidité, chaleur, vent, sécheresse etc..).

Les effets sur le psychisme humain des Huiles essentielles

#### **Contenu de la formation SHIATSU 1ere année :**

Postures écologiques du praticien et placement du corps.

La pression juste dans le Shiatsu pour un accompagnement congruent du Sujet.

Respiration abdominale et enracinement dans la communication par le Toucher

Perception du HARA centre vital du corps humain et SHIATSU.

Sensation du point d'acupuncture et Repérage précis des points SHU dorsaux.

Protocole du SHIATSU Relaxation du dos.

Repérage des 12 méridiens principaux et des 2 Vaisseaux coordinateurs.

#### **Théories fondamentales :**

Le Yin et le YANG : définition et application dans le SHIATSU

Les 3 Foyers énergétiques du corps humain.

Le KI : ses différents aspects et son rôle dans l'accompagnement par le Toucher Shiatsu.

Les méridiens : rôle et fonction pendant la pratique.

Horloge circadienne : les biorythmes du corps humain.

Les 5 organes et entrailles associés dans l'étude du Shiatsu et la vision de la MTC

## **Les bases fondamentales SHIATSU 2eme année : 125 heures**

**Tarif : 1400 euro HT**

### **Les dates 2020/21 :**

**12/13 septembre 2020 – 10/11 octobre – 7/8 novembre – 5/6 décembre –  
9/10 janvier 2021 – 20/21 février – 6/7 mars – 27/28 mars – 1<sup>er</sup> et 2 mai-**

### **2 Mai 2021 : contrôle Pratique et théorique**

#### **Contenu de la formation pratique :**

Initiation au bilan énergétique dans le Shiatsu :

Les Points d'alarmes du Corps pour une meilleure lecture des déséquilibres

YIN/YANG par le Toucher.

Observer La langue

Protocole du SHIATSU latéral

Points principaux sur les méridiens (repérage, fonction)

Techniques à mains nues : dispersion- tonification-harmonisation

Mobilisation des articulations et étirements spécifiques des méridiens.

#### **Théories fondamentales :**

Rapport et étude approfondie des points d'Alarme et des points SHU.

Le cycle des 5 transformations ou Mouvements.

Notions de cycles saisonniers.

Déséquilibres du Yin et du Yang dans les méridiens dans le Toucher.

Les 3 trésors en MTC.

Les climats et leurs influences sur la Santé.

La moxibustion et ses applications au quotidien.

## **Stage complémentaire DO-IN Automassage du Shiatsu les 31 et 1 novembre 2020 .**

Apprentissage du DO-IN complet sur le Corps.

Cette discipline corporelle permet à chaque Praticien et participant de donner et de pratiquer individuellement des exercices d'entretien global du corps et préventif du stress.

### **Au Programme :**

Apprentissage et Localisation des 12 Méridiens et des points principaux.

Protocole complet du DO-IN

Etirements des Méridiens Principaux

Respiration et Visualisation en Conscience du Corps.

**(PDF d'inscription en ligne sur le site web de l'école page Formation)**

## **Stage complémentaire Aromapuncture des 5 mouvements ( 5 jours).**

**(PDF d'inscription sur le site de l'École page Formation)**

### **Introduction à l'Aromathérapie**

L'utilisation des huiles essentielles en relation avec le Toucher Shiatsu et les TSUBOS (points d'acupuncture)

Apprentissage des points essentiels et mise en œuvre.

Rôle des huiles essentielles par l'olfaction en relation avec les 5 Mouvements de la MTC.

Exercices de visualisation-respiration pour la détente et le bien être avec les Huiles essentielles.

1 journée consacrée à chacun des 5 éléments avec les huiles essentielles nécessaires pour chaque saison et ses désordres (froid, humidité, chaleur, vent, sécheresse etc..).

Les effets sur le psychisme humain des Huiles essentielles

## **Perfectionnement Praticien Shiatsu : 250 h**

**Approfondissement 3eme année(125h) et 4eme année(125h)**

**Tarif : 1400 euro HT par année.**

**Dates 2020/21 :**

**12/13 septembre 2020 – 10/11 octobre – 7/8 novembre – 5/6 décembre –  
9/10 janvier 2021 – 20/21 février – 6/7 mars – 27/28 mars – 1<sup>er</sup> et 2 mai-**

**2 juin : journée préparatoire mémoire Shiatsu**

Objectifs : mettre en place la Pratique professionnelle et le savoir faire du

Bilan énergétique à travers le Toucher Shiatsu pour déterminer avec précision

L'accompagnement individualisé pour chaque receveur.

**Utilisation des outils du bilan énergétique traditionnel :**

Protocole du SHIATSU spécifiques : Crânien, Visage, nuque, Abdomen, thorax.

Bilan par les 5 sens

Bilan par les points principaux du corps : SHU dorsaux, MU face avant.

Points Hors méridiens.

Points Sources spécifiques

Utilisation du cycle d'engendrement et de contrôle des 5 éléments dans le  
Shiatsu.

Études des déséquilibres les plus courants et leur accompagnement avec le Shiatsu.

Prise en charge par le Toucher du Stress et de la fatigue.

Protocoles spécifiques : femmes enceintes, enfants.

Usage des Moxas.

**Préparation de l'examen fédéral FFST Praticien Shiatsu.**

Pré-requis pour l'examen fédéral : Mémoire autour du Shiatsu et 30 cas pratiques.

Supervision des cas pratiques en relation avec le thème du mémoire.

Supervision du mémoire Shiatsu de l'étudiant.

### **Théories fondamentales :**

Utilisation des 8 principes dans le bilan de santé et application de la théorie des 5 éléments.

Les pouls patriarcaux.

Etude de la langue en MTC.

L'axe Reins-Coeur.

La psychologie des 5 organes et le rôle régulateur des points SHEN.

Introduction à la phytothérapie et à la diététique énergétique.

### **Stage complémentaire Aromapuncture des 5 mouvements en 5 journées.**

**(PDF d'inscription sur le site de l'École page Formation)**

#### **Introduction à l'Aromathérapie**

L'utilisation des huiles essentielles en relation avec le Toucher Shiatsu et les TSUBOS (points d'acupuncture)

Apprentissage des points essentiels et mise en œuvre.

Rôle des huiles essentielles par l'olfaction en relation avec les 5 Mouvements de la MTC.

Exercices de visualisation-respiration pour la détente et le bien être avec les Huiles essentielles.

1 journée consacrée à chacun des 5 éléments avec les huiles essentielles nécessaires pour chaque saison et ses désordres (froid, humidité, chaleur, vent, sécheresse etc..).

Les effets sur le psychisme humain des Huiles essentielles

#### **Dates 2020 :**

22 Mars 2020 – 5 avril – 28 juin -5 juillet- 30 août

Formation reconduite en 2021 !

Tarif : 450 euro le cursus complet

Inscription avec le PDF en ligne sur le site page formation

## **Le DO-IN : 2 sessions de 6h en weekend**

Apprentissage du DO-IN complet sur le Corps.

Cette discipline corporelle permet à chaque Praticien et participant de donner et de pratiquer individuellement des exercices d'entretien global du corps et préventif du stress.

### **Au Programme :**

Apprentissage et Localisation des 12 Méridiens et des points principaux.

Protocole complet du DO-IN

Etirements des Méridiens Principaux

Respiration et Visualisation en Conscience du Corps.

**Date 2020 : 31 octobre et 1<sup>er</sup> novembre**

**Tarif : 180 euro**

**Inscription avec le PDF en ligne sur le site page formation**

**Chaque fin d'année de formation est soumise à un contrôle de connaissances**

**Théoriques et pratique auprès de l'enseignant.**

**Une attestation de fin de formation est délivrée sous réserve d'assiduité aux cours.**

**L'examen final en 4eme année a lieu sur Paris au siège de la FFST.**