

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 en 4 ans.

Heures d'application hors formation : 250 h

Programme de la formation Accompagnement et Communication par le Toucher Shiatsu

CYCLE 1

1er degré Les Bases : 125 heures

Tarif : 1300 euro HT

Les dates 2018-19 :

Le 29/09/2018 – 13/10 – 1^{er}-2-3 novembre- 10/11 – 24/11 – 8/12 – 19/01 /2019 – 2/02 – 9/03 – 26-27-28 Avril - 11/05 – 20- 21- 22 JUIN

Contrôle Annuel pratique et théorique le 22 juin de 9h à 18h.

Contenu de la formation pratique :

Postures écologiques du praticien et placement du corps. (seiza, kisa,..)

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.

KATA SHIATSU Relaxation du dos, du bassin et des jambes. Etirements spécifiques.

Shiatsu des pieds

Shiatsu spécifique des omoplates et trapèzes.

Massage assis sur chaise

Repérage des 12 méridiens principaux et des 2 Vaisseaux coordinateurs.

Théories fondamentales :

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

Les 5 substances et les 3 trésors

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

2eme année les Approfondissements : 125 heures

Tarif : 1300 euro HT

Dates 2018/19 :

**Le 29/09/2018 – 13/10 – 1^{er}-2-3 Novembre- 10/11 – 24/11 – 8/12 – 19/01
/2019 – 2/02 – 9/03 – 26-27-28 Avril - 11/05 – 20- 21- 22 JUIN(contrôle
annuel 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.

Points principaux sur les méridiens (repérage, fonction)

Techniques à mains nues : dispersion- tonification-harmonisation

Mobilisation des articulations et étirements spécifiques des méridiens.

KATA Shiatsu latéral complet

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 : KYO/JITSU

Approfondissement de l'utilisation de l'horloge Circadienne : Chronobiologie

Etude des 5 Zang/FU dans la théorie des 5 mouvements.

La moxibustion et ses applications au quotidien.

Notions de Diététique énergétique

Cycle 2

3 année : 125h heures de formation Praticien Shiatsu

Tarif : 1300 euro HT par année.

Dates 2018/19 :

**Le 29/09/2018 – 13/10 – 1^{er}-2-3 Novembre- 10/11 – 24/11 – 8/12- 19/01
/2019 – 2/02 – 9/03 – 26-27-28 Avril - 11/05 – 20- 21- 22 JUIN**

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.

Programme 3eme Année :

Utilisation des outils du bilan énergétique traditionnel :

Initiation à l'Ampuku : Le Toucher de l'abdomen.

Observer La langue et sentir les pouls patriarcaux reliés aux 5 loges.

SHIATSU de la partie Avant : Crânien, Visage, nuque, Abdomen, thorax. Jambes.

Bilan par les 5 sens en éveil du praticien.

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.

Les climats et leurs influences sur la Santé.

Les points sources et leur utilité dans le Shiatsu

Programme 4eme Année :

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

Protocole de Prévention des troubles les plus courants.

Usage des Magrains corps et oreille.

Aide à la préparation de l'examen fédéral FFST Praticien Shiatsu.

Pré-requis pour l'examen fédéral : Mémoire de l'étudiant (sujet à déterminer et à réaliser sous la supervision de l'enseignant)

Réalisation de cas pratiques en relation avec le thème du mémoire.

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.

Modules complémentaires :

AROMAPUNCTURE : 35h ou 5 jours

L'utilisation des huiles essentielles en relation avec le Toucher Shiatsu et les TSUBOS.

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.

Dates 2018/19 : du 20/10 au 24/10

Le DO-IN: 2 journées (14 h)

Apprentissage du DO-IN complet sur le Corps.

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

Au Programme :

Apprentissage et Localisation des 12 Méridiens

Protocole complet du DO-IN

Etirements des Méridiens Principaux

Respiration et Visualisation en Conscience du Corps.

Dates 2018/19 : 8 et 9 septembre 2018

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.

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

