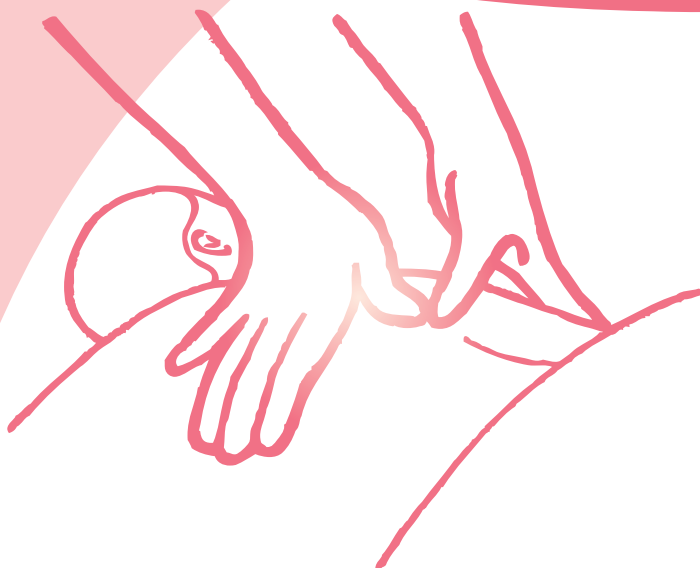




# SHIATSU



*Originnaire du Japon, le Shiatsu signifie « pression des doigts » et se fonde sur l'énergétique chinoise.*

Cet art antique de relaxation se pratique au sol et directement sur les habits. Il consiste à **sentir les points de stress de l'organisme et les débloquent** afin de restaurer la libre circulation des énergies dans tout le corps.

Pour cela il utilise des techniques spécifiques de digitopression visant à disperser les zones en plénitude d'énergie et tonifier celles en vide. Technique d'harmonisation par excellence, elle procure de façon immédiate une détente profonde et un bien-être qui perdurent dans le temps.

## Programme

### JOUR 1

- Training corporel (qi gong, do-in)
- Travail des postures et des techniques de pression
- Les méridiens yang
- Pratique Shiatsu du dos

### JOUR 2

- Training corporel
- Pratique Shiatsu jambes
- Révision et pratique Shiatsu de la face dorsale
- Les méridiens yin
- Pratique Shiatsu des jambes et des pieds

### JOUR 3

- Training corporel
- Bilan énergétique du ventre selon les 5 éléments
- Pratique du Shiatsu de l'abdomen et du thorax
- Pratique du Shiatsu des bras

### JOUR 4

- Training corporel
- Révision et pratique du Shiatsu de la face ventrale
- Pratique du Shiatsu de la tête et du cou
- Révision des points importants des méridiens utilisés

### JOUR 5

- Training corporel
- Pratique du protocole complet
- Questions-réponses
- Evaluation de fin de formation

## OBJECTIFS

**ACQUÉRIR** les techniques fondamentales du Shiatsu de la face antérieure et de la face postérieure du corps.

**SAVOIR** ajuster la pression sur les tsubos (points de digitopression).

**SAVOIR** reconnaître les kyo (zone de vide d'énergie) et les jitsu (zone de plénitude d'énergie) afin d'utiliser les techniques adéquates.

**MAÎTRISER** un protocole complet de Shiatsu visant au bien-être et à la détente.

### PRÉ-REQUIS POUR CE PERFECTIONNEMENT

Avoir suivi la formation Massage évolutif ou Certificat de formation en Massage bien-être

### PUBLIC

Voir page 10

### FORMATEUR

Gil Amsallem

### DATES -2 Sessions

4-8 février 2017

19-23 juin 2017

### TARIFS

Tarif référentiel : 995 euros

Tarif préférentiel : 795 euros

Une **ATTESTATION DE FORMATION** vous sera délivrée sur présentation d'un Livre d'or comportant 14 pratiques. (p19)