

CENTRE DE FORMATION
VITAESPHERE

**PROGRAMME DE FORMATION
PRATIQUER PROFESSIONNELLEMENT LE SHIATSU**

www.vitaesphere.com



CONTENU DE LA FORMATION

Pré-requis - Objectifs - contenu

Pré-requis

La formation s'adresse à toute personne majeure ne présentant pas de contre-indications médicales à la pratique du massage bien-être et à la posture prolongée à genou.

Objectifs

Développer une activité personnelle ou professionnelle de pratique du shiatsu

Durée de la formation

3 mois à raison de 5 jours par mois

3 semaines de 35 heures + 1 jour pour l'évaluation finale

Contenu de la formation

Compétence 1 - Réaliser un shiatsu de 1h

Compétence 2 – Personnaliser la séance shiatsu aux besoins du sujet

Compétence 3 – Respecter les différentes étapes d'une séance complète de shiatsu

Tarif : 2700 € - Paiement multiple possible sans frais



1 - Réaliser une séance de shiatsu de 1h - 35h

Objectif :

- Etre capable de réaliser une séance complète de shiatsu
- Maitriser les connaissances spécifiques au shiatsu
- Proposer une séance dans le respect et la sécurité du sujet

Les compétences visées :

- Aménager l'espace de shiatsu en vu de la séance
- Accueillir le client et présenter la séance
- Réaliser une séance de shiatsu
- Clôturer la séance

Evaluation : Mise ne situation et évaluation par grille de compétences

Les apports techniques enseignées

- Le protocole shiatsu complet
- Exercer une pression ou un lissage sur les tsubos
- Réaliser une détente du dos
- Acquérir le Goshin Tai So

Les apports théoriques

- **Les grands principes énergétiques :**
 - Définir l'énergie du corps humain le "Ki"
 - la théorie du yin et du yang
 - Les trois foyers
 - Les 4 énergies fondamentales
 - Les 5 éléments
 - Le cycle nyctéméral
- **Les circuits énergétiques :**
 - Les 12 méridiens tendino-musculaires
 - Les points lu keitsu
- **Anatomie & physiologie humaine**
 - Le squelette, les muscles et les viscères
 - Le système digestif
 - Le système nerveux autonome

2 - Réaliser une séance de shiatsu avec des étirements simples des principales articulations - 35h

Objectif :

- Etre capable de réaliser un bilan structurel
- Intégrer dans la pratique du shiatsu des mobilisations articulaires simples
- Proposer une séance de shiatsu dans le respect et la sécurité du sujet

Les compétences visées

- Adapter la séance à l'anatomie et physiologie du sujet
- Réaliser une séance complète de shiatsu

Evaluation : Mise en situation et évaluation par grille de compétences

Les enseignements pratiques :

Réaliser un bilan structurel

- Observer le corps & questionner le client
- Toucher et palper pour constater les déséquilibres et les tensions

Les techniques structurelles :

- La balance crânio-sacrée et l'écoute du sacrum
- Le test cervical de José Louis
- Le testing musculaire (environ 40 muscles)
- Le testing et le rééquilibrage vibratoire du rachis
- Réaliser un étirement simple des principales articulations

Les apports théoriques :

- La constitution d'une articulation
- Les principes de la biomécanique articulaire
- Les mouvements articulaires simples
- Les limites structurelles de la pratique du shiatsu
- Le mouvement respiratoire primaire

3 - Approfondir la pratique du shiatsu et personnaliser la séance – 35h

Objectif :

- Etre capable de réaliser une séance complète de shiatsu traditionnel
- Proposer une séance de shiatsu adaptée au sujet
- Proposer une séance dans le respect et la sécurité du sujet

Les compétences visées

- Accueillir le client et réaliser un bilan structurel et énergétique
- Réaliser une séance de shiatsu personnalisée
- Réaliser des techniques énergétiques complémentaires
- Clôturer la séance

Evaluation : Mise en situation et évaluation par grille de compétences

Les enseignements pratiques :

- Les tests de Dassonville et sa méthode de rééquilibrage vertébral
- Le test des ficelles et la levée des blocages structurels sur les chaînes musculaires
- Initiation au test des 12 pouls
- Le test de palpation des organes
- Méthode de rééquilibrage vibratoire
- Approche spécifique des différentes écoles de shiatsu

Les apports théoriques

- Les points Mo ou hérault
- Les points Lo et Yuan
- Les points Mu et Zi
- Les points Su antiques et les méthodes de rééquilibrage

Cas pratiques

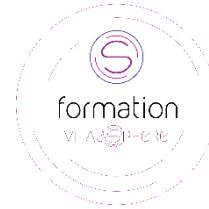


2 centres de formation



Vitaesphère Fréjus

1074 Avenue delattre de Tassigny
83600 Fréjus
Responsable – Sébastien LAUTIE
06 19 55 66 55
sebastienlautie@vitaesphere.com
www.vitaesphere.com/frejus



Vitaesphère la Valette du Var

Espace Bâle Nuée, carrefour les fourches
83160 la Valette du Var
Responsable - Benjamin THEVENET
Tél - 06.63.21.75.16
bthevenet@vitaesphere.com
www.vitaesphere.com/centrdeformation

Financer sa formation

Pour les indépendants, Faire appel à votre OPCO (FAFCEA – AKTO - AGEFICE...)

Pour les demandeurs d'emploi, consulter votre conseiller pôle emploi

Pour les apprenants en auto-financement, Vitaesphère propose des facilités de paiement sans frais.

Les points forts Vitaesphère

Vitaesphère met l'anatomie et la physiologie au centre de ses formations

Vitaesphère propose un dispensaire dans chaque centre pour parfaire gratuitement sa technique et partager sa pratique

Vitaesphère crée des réseaux de professionnels et accompagne les professionnels dans leur développement d'activité