



PLAN DE FORMATION SHIATSU DES 5 ELEMENTS

Le Shiatsu est un massage traditionnel japonais qui vise à harmoniser l'ensemble des énergies qui circulent dans le corps.

Ce module s'inscrit dans la continuité du Shiatsu harmonisant et vous permet d'élargir votre technique en vous appuyant sur la théorie des 5 éléments que vous appliquerez sur les trajets et les points des méridiens.

OBJECTIF

- ✓ Connaitre la théorie des 5 éléments
- ✓ Connaitre les trajets des méridiens
- ✓ Connaitre de nouvelles techniques de repérage sur le dos et le ventre
- ✓ Connaitre la localisation les points d'équilibre de chacun des méridiens
- ✓ Pratiquer la régulation énergétique des méridiens
- ✓ Pratiquer l'Ampuku (massage du ventre)
- ✓ Construire une séance adaptée à son client

MATERIEL

- Matériel fourni par Harmony Formation pour toute la durée de formation :
Tout le matériel nécessaire pour l'action de formation (table de massage, Futon).
- Matériel à apporter par le stagiaire :
2 grandes serviettes 50*100 cm (ou drap ou couverture) : 1 pour couvrir la table et 1 pour couvrir l'ensemble de votre corps
1 serviette à main
1 stylo et bloc pour prendre des notes

PUBLIC CONCERNE

Toute personne souhaitant apprendre cette technique : professionnels du bien-être, de la beauté et de la santé / personne en reconversion.

PREREQUIS NECESSAIRE

Avoir suivi le module Shiatsu Harmonisant.

PROGRAMME DE FORMATION

JOUR 1 : 7h

Matin :

Théorie :

Questions/réponses : retours sur le module Shiatsu Harmonisant

Théorie des 5 éléments

Indications - Contre-indications - Précautions

Après-Midi :

Pratique :

Techniques de repérage sur le dos et le ventre

Trajet et régulation des méridiens sur les membres inférieurs et supérieurs

Synthèse de la journée

JOUR 2 : 7h

Matin :

Théorie :

Questions/réponses

Théorie des 5 éléments (suite)

Localisation des points d'équilibre

Après-Midi :

Pratique :

Pratique de l'Ampuku

Travail sur les points d'équilibre

Synthèse de la journée

JOUR 3 : 7h

Matin :

Théorie :

Questions/réponses

Théorie des 5 éléments (suite)

Après-Midi :

Pratique :

Révision pratique Ampuku

Travail sur les points d'équilibre

Synthèse de la journée

JOUR 4 : 7h

Matin :

Théorie :

Session Questions/Réponses

Construire une séance adaptée à son client.

Après-Midi :

Pratique :

Mise en situation du protocole complet

Évaluation finale

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- ✓ Support de cours remis lors du stage
- ✓ Travaux pratiques donneur/receveur
- ✓ Fiche d'évaluation finale remise par le formateur
- ✓ Contrôle continu des connaissances
- ✓ Attestation de formation

DUREE : 4 jours – 28h

Horaire : 9h/17h avec 1h de pause déjeuner ; soit 7 heures par jour