



## **PLAN DE FORMATION SHIATSU STRUCTUREL ET MICROPONCTURE**

Afin de compléter nos outils de shiatsu énergétique et des 5 éléments nous allons voir dans ce module des techniques de shiatsu structurel afin d'optimiser notre travail de détente musculaire pour diminuer les tensions physiques et organiques.

### **OBJECTIF**

- ✓ Analyse de la posture
- ✓ Apprentissage des lignes tendino-musculaires
- ✓ Recherche par palpation des lignes tendino-musculaires tendues
- ✓ Préparation du dos à l'huile
- ✓ Connaître les points spécifiques du shiatsu structurel
- ✓ Apprendre à travailler les points spécifiques du shiatsu structurel afin de détendre els lignes tendino-musculaires.

### **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, huile, flacon, Microponcteur ).
- 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 de 50\*100 cm pour couvrir la poitrine  
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 5 éléments.

HARMONY FORMATION – Angéline Villemaux  
3 Place Octogonale 77700 CHESSY - Tél : 06 19 35 26 47  
E-mail : [harmonyformation@gmail.com](mailto:harmonyformation@gmail.com) - site :  
[www.harmonyformationmassage.fr](http://www.harmonyformationmassage.fr)

SIRET 511892 689 00031 - Code NAF 8559A - Organisme de Formation n°11770493777

# PROGRAMME DE FORMATION

## JOUR 1 : 7h

### Matin :

#### Théorie :

Apprentissage des lignes tendino-musculaire  
Analyse posturale.  
Indications - Contre-indications - Précautions

### Après-Midi :

#### Pratique :

Palpation des lignes tendino-musculaire  
Préparation du dos à l'huile  
Travail des lignes tendues en shiatsu pouce/coude.  
Synthèse de la journée

## JOUR 2 : 7h

### Matin :

#### Théorie :

Questions/réponses  
Apprentissage des points spécifiques du shiatsu structurel  
(Dos/ventre/membres supérieurs/membres inférieurs)

### Après-Midi :

#### Pratique :

Travail des points spécifiques au microponcteur  
Synthèse de la journée

## JOUR 3 : 7h

### Matin :

#### Théorie :

Questions/Réponses  
Les points et leur efficacité sur le corps  
Construire une séance adaptée à son client

### Après-Midi :

#### Pratique :

Mise en situation d'une séance adaptée  
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** : 3 jours – 21h

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

HARMONY FORMATION – Angéline Villemaux  
3 Place Octogonale 77700 CHESSY - Tél : 06 19 35 26 47  
E-mail : harmonyformation@gmail.com - site :  
[www.harmonyformationmassage.fr](http://www.harmonyformationmassage.fr)

SIRET 511892 689 00031 - Code NAF 8559A - Organisme de Formation n°11770493777