



**PLAN DE FORMATION**  
**SHIATSU DO-IN**  
**Techniques d'accompagnement pour les clients et le praticien**

Cette formation vous permettra de bénéficier chaque jour des bienfaits de techniques d'automassage (Do-In). Vous découvrirez bien plus qu'une technique de massage mais un réel art de vivre ancestral issu de la théorie des 5 éléments de la Philosophie traditionnelle chinoise.

**OBJECTIF**

- ✓ Savoir évaluer ses déséquilibres énergétiques
- ✓ Savoir rééquilibrer ses déséquilibres par des exercices individuel et de l'automassage
- ✓ Permettre la transmission de ces techniques à vos clients lors de votre séance
- ✓ Avoir des outils bien être à transmettre dans vos séances individuelles ou lors d'atelier collectif

**MATERIEL**

- Matériel fourni par Harmony Formation pour toute la durée de formation :  
Tout le matériel nécessaire pour l'action de formation (tapis de sol).
- 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 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 :

Les bienfaits du DO-IN

Techniques d'hygiène de vie intégrant le DO-IN : l'alimentation, les plantes, l'activité physique selon les saisons.

Indications - Contre-indications - Précautions

### Après-Midi :

Apprentissage et mise en pratique du cercle vertueux énergétique.

Techniques d'évaluation et de rééquilibrage de son énergie

Synthèse de la journée

## JOUR 2 : 7h

### Matin :

Session Questions/Réponse

Comment transmettre les outils à vos clients afin qu'ils puissent maintenir le plus longtemps possible les bienfaits obtenus lors des séances ?

Créer des fiches pour permettre de faire des animations collectives ludiques

Protocole d'Automassage des pieds à la tête

### Après-Midi :

Protocole d'Automassage des pieds à la tête (suite)

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** : 2 jours – 14h

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](mailto:harmonyformation@gmail.com) - site :

[www.harmonyformationmassage.fr](http://www.harmonyformationmassage.fr)

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