



## **CERTIFICATION :** **Praticien en Shiatsu-Do**

**Formation fédérale pour devenir Praticien en Shiatsu japonais.**  
***En trois années.***

1) Six Week-End de **Tronc Commun** : [80 h]

**Do-In, Méditation, Médecine Traditionnelle Sino-Japonaise, anatomie & physiologie...**  
*(Voir documentation spécifique)*

2) Formation au **Premier Degré de Shiatsu** :

Validation d'un minimum de 100 heures en Shiatsu, par stages de Week-End et/ou ateliers.

- A. Formation au Kata de base complet, *Junsha* allongé (avant et arrière du corps).
- B. Kata de Shiatsu assis (*Recevant* sur Zafu/tabouret) et protocole pour chaise ergonomique.
- C. Utilisation du Shiatsu pour la détente (mentale & musculo-squelettique) et la relaxation (relation à l'axe vertébral).
- D. Apprentissage des zones du dos, zones ventrales, points Mu et Shu. Repérages anatomiques précis.
- E. Etude adaptée des trajets des méridiens énergétiques et des points primordiaux et approfondissement des principes de la médecine Traditionnelle Sino-Japonaise.

3) Formation au **Second Degré de Shiatsu** : [minimum 120 h]

- A. Kata pour *recevant* en position latérale de sécurité [femme enceinte ou personne ne pouvant se mettre en décubitus ventral].
- B. Adaptation du protocole de Shiatsu complet sur table de massage.
- C. Kata court de Shiatsu & Anma sur *recevant* debout.
- D. Formation à l'ancrage, au positionnement corporel et à la gestion de l'énergie personnelle durant un soin pour le Shiatsushi (praticien).
- E. Révision et approfondissement des acquis pratiques du 1<sup>er</sup> Degré.
- F. Compléments en anatomie et en physiologie humaines.
- G. Traitements adaptés pour les nouveaux nés et les jeunes enfants.
- H. Médecine Traditionnelle Sino-Japonaise complémentaire : théorie & pratique. Psychologie des éléments, alimentation et typologies classiques. Moxa, ventouses et digipuncture...
- I. Repérage avancé des trajets de méridiens.
- J. Du Do-In à l'auto-shiatsu.
- K. Protocole complet de réflexologie plantaire.



- 4) Formation au **Troisième Degré de Shiatsu** : [min. 100 h]
- A. Révisions et approfondissement des acquis pratiques du 2<sup>ème</sup> Degré.
  - B. Kata complet de Shiatsu avec les pieds.
  - C. Notions de Shiatsu supérieur.
  - D. Compléments d'anatomie et de physiologie humaines.
  - E. Introduction aux connaissances en phytothérapie, mycothérapie, gemmothérapie, lithothérapie, élixirs floraux ou de cristaux, compléments alimentaires et oligothérapie selon les cinq éléments.
  - F. Notions avancées de Médecine Traditionnelle Sino-Japonaise.
  - G. Lithopuncture & massages des points avec objets.
  - H. Kata de Kikô interne & externe.
  - I. Introduction à la prise des pouls radiaux.
- 5) ↗ Test écrit en Energétique Traditionnelle Sino-Japonaise et anatomie-physiologie [à la fin du tronc commun et des degrés 1 & 2]. Contrôle continu pour le degré 3.
- ↗ Repérage et soin à effectuer devant le formateur [examens techniques à la fin des 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> Degrés de Shiatsu].
- ↗ Pour la certification finale : Repérage et soin à effectuer devant un jury d'au moins deux praticiens/spécialistes.
- ↗ Mémoire de fin d'études (sous la direction de l'école) : Réflexion théorique ou Etudes de cas, à présenter devant au moins un enseignant et un praticien.
- ↗ Participation minimale à 7 ateliers de mise en situation pour les soins Shiatsu.
- ↗ Tenue d'un carnet sur les soins que vous donnez à des volontaires durant toute la formation.
- ↗ Huit soins Shiatsu à prendre chez différents praticiens & spécialistes – par au moins 4 praticiens différents.
- ↗ Validation d'une formation aux premiers secours (à faire par ailleurs) obligatoire pour l'obtention du certificat définitif.

Pour information :

*La fédération délivre les attestations de formation aux 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> Degrés et le Certificat de Praticien [et éventuellement les certifications en Do-In et/ou Méditation, si vous avez choisi ces options].*

*Les diplômes sont du seul ressort de l'école de formation.*