



PLAN DE FORMATION MASSAGE SHIATSU HARMONISANT

La pratique du Shiatsu est une technique spécifique, dérivée de la philosophie du Tao et de l'acupuncture. Le Shiatsu est un massage traditionnel japonais qui vise à harmoniser l'ensemble des énergies qui circulent le long des méridiens. Grâce à des pressions des paumes et des doigts sur les points d'acupuncture. Elle a pour objectif de redonner toute son autonomie à notre potentiel d'auto-guérison. Ce massage japonais est reçu habillé ou sur peau, et se pratique, traditionnellement, sur un futon. Si vous le souhaitez, vous pourrez pratiquer sur table puisque le protocole y est adapté.

OBJECTIF

- ✓ Réaliser un massage relaxant et harmonisant d'1h selon les principes du Shiatsu
- ✓ Repérer les déséquilibres énergétiques selon les points et zones du dos et du ventre
- ✓ Apprendre la base des cinq éléments et leurs correspondances avec la biosphère, la psychologie et la morphologie.

MATERIEL

- Matériel fourni par Harmony Formation pour toute la durée de formation :
Tout le matériel nécessaire pour l'action de formation (table de massage, huile, flacon).
- Matériel à apporter par le stagiaire :
2 grandes serviettes (ou drap ou couverture) + 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

Aucun, sous réserve de l'entretien préalable.

PROGRAMME DE FORMATION

JOUR 1 : 7h

Matin :

Théorie :

Histoire
Comment apporter relaxation et harmonisation ?
Indications - Contre-indications - Précautions
Installation d'une cabine de massage
Accueil du client

Pratique :

Les gestes techniques : harmonisation du dos des membres supérieurs et des membres inférieurs.
Utilisation du poids du corps, Déplacement, Respiration
Protocole du dos

Après-Midi :

Protocole du dos (suite)
Protocole face avant, cou, visage
Synthèse de la journée

JOUR 2 : 7h

Matin :

Session Questions/Réponses
Travail des postures à prendre
Révision protocole du dos et face avant cou et visage

Après-Midi :

Théorie des cinq éléments
Théorie des points du dos et du ventre
Technique de rééquilibrage énergétique
Synthèse de la journée

JOUR 3 : 7h

Matin :

Session Questions/Réponses
Synthèse du protocole complet
Travail de la fluidité du massage et de la gestion du temps
Repérage et rééquilibrage des points du dos du ventre

Après-Midi :

Mise en situation
Evaluation 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

TARIF : 525€