



## Massage Shiatsu

### **Objectifs :**

- Mise en place de « routines » pour lever les barrages à la circulation des flux énergétiques.
- Disperser, restaurer, équilibrer les énergies concernées comme :
  - L'influx nerveux et la sensibilité
  - La tension musculaire
  - La mobilité articulaire
  - Le ventre et les émotions

### **Compétences visées :**

Un bilan précis et un diagnostic affuté permettent de mettre en œuvre les techniques efficaces pour la prise en charge des douleurs des patients.

**Public concerné :** Masseurs kinésithérapeutes ou ostéopathes

**Prérequis :** Etre titulaire du diplôme d'état de Masseur kinésithérapeute ou d'ostéopathie, inscription au conseil de l'ordre, à jour de RCP (responsabilité civile professionnelle)

**Durée de la formation en présentiel :** 2 jours - 14 heures

### **Moyens pédagogiques :**

Les cours sont sur supports informatiques riches en iconographies. Un support de cours illustré détaillant les différentes techniques et reprenant les connaissances acquises est transmis à chaque participant.

Les cours théoriques sont dispensés en amphithéâtre. L'apprentissage se fait également par des travaux pratiques et des études de cas, encadrés par des formateurs. Chaque lieu de stages et de travaux pratiques dispose de tables de pratique, d'un système de projection, d'un paper board ou d'un tableau. Des squelettes, gants, solution hydroalcoolique sont fournis aux élèves.

### **Encadrement :**

Les cours sont assurés par nos formateurs (formés, évalués et certifiés), un formateur pour 20 stagiaires qui assure la pédagogie et le suivi administratif du stage (feuille de présence, fiche technique, évaluation de la formation).

**Type de support pédagogique remis au stagiaire et contenu :** articles et revus de littérature, diaporama ppt, plateforme e-learning

### **Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :**

- ✓ QCM sur la partie théorique après chaque module.
- ✓ Evaluation de la pratique par reproduction des gestes techniques
- ✓ Evaluation des pratiques professionnelles selon les modalités définies par la HAS

### **Programme :**





## Jour 1

9h00 - 12h00

### *Rappels théoriques*

- ✓ Le massage, médecine traditionnelle en Asie, au Japon . . .
- ✓ Le corps et ses grands systèmes
- ✓ L'influx nerveux – les récepteurs - « Inhibition / Tonification »
- ✓ L'énergétique de base : concept des 5 éléments
- ✓ Les méridiens et la circulation de l'énergie - Concept du Yin et du Yang
- ✓ Points Tsubo et points spécifiques : les points Shu du dos, les points Luo,
- ✓ Le Hara : Organes et émotions
- ✓ Effets physiologiques des manœuvres de massage :

13h00 - 17h00

### *Pratique*

- ✓ Ateliers « Sur la face dorsale » Shiatsu & Thérapie manuel
- ✓ Repérages
- ✓ Circuits énergétiques : Les méridiens Yin et Yang, les Vaisseaux,
- ✓ Les « points clés » Dos - Articulations – extrémités . . .
- ✓ Combinaisons Techniques

*Nous parcourons le corps suivant des trajets bien organisés (les méridiens) et sur des territoires réflexes précis sur les régions :*

1. Cervicale et ceinture scapulaire
2. Dorsale et thoracique
3. Lombaire et ceinture pelvienne
4. Les membres inférieurs

- ✓ Mise en place des enchainements, sur la face dorsale. (Yang)

## Jour 2

9h00 – 12h00

- ✓ Reprise du jour 1
- ✓ Atelier sur la face antérieure : Shiatsu & TM / Parcours des méridiens Yin & Yang
- 5. Pieds & Membres inférieurs

13h00 - 17h00

6. Membres supérieurs & mains
7. Le thorax (Clavicules, sternum, cotes)
8. Le ventre
9. Crâne & Visage

*L'objectif est de dégager les voies de circulation énergétique des systèmes du corps. La respiration est le chef d'orchestre de ces techniques.*

- ✓ Synthèse
- ✓ Kata Shiatsu général

