



Le shiatsu est une technique de massothérapie d'origine japonaise qui utilise le toucher pour ramener l'équilibre dans le corps et ainsi promouvoir la santé. Inspiré de la médecine traditionnelle chinoise, le shiatsu vise donc à rétablir la circulation de l'énergie vitale, le Qi, dans les zones du corps là où elle est soit en manque, soit en excès. Il se pratique en exerçant une pression plus ou moins forte avec les pouces et les doigts, mais aussi avec les paumes, les poings, les coudes, les genoux et même les pieds, sur des points précis appelés tsubos, situés le long des méridiens et régissant un organe ou une fonction spécifique.

Effets de la réflexologie

- Relaxation profonde du corps et de l'esprit
- Harmonisation de l'énergie dans le corps
- Libère le stress et les tensions nerveuses
- Soulage les tensions musculaires
- Relance la circulation sanguine et lymphatique

Objectifs de la formation

- Maîtriser le protocole de modelage et effectuer un shiatsu relaxant auprès de son client.
- Assurer un véritable conseil et suivi professionnel à la clientèle

Programme de la formation

- Historique, présentation du shiatsu
- Découverte de la médecine chinoise et de ses principes
- Apprentissage des méridiens
- Anatomie
- Indications et contre-indications
- Description du protocole
- Apprentissage d'un protocole de shiatsu relaxant de 60 minutes

Shiatsu Relaxant

**Durée de la
formation :**
3 jours (21 heures)

Tarif 2019 :
550 euros
*2, 3, 5 fois pour les
particuliers*
*-10% pour les demandeurs
d'emploi*

**Produits, matériel,
modèles mis à
disposition**

06.62.15.33.57