

# ECOLE SUPERIEURE DE SHIATSU PROFESSIONNEL

Dossier d'inscription CURSUS CLASSIQUE

**Promotion LI GAO**  
Rentrée le 12 JANVIER 2019





# Planning de formation Promotion « LI GAO»

## 1<sup>er</sup> cycle -22 jours / 170,5 heures

	Module 1	Module 2
Stage 1	12-13 janvier 19	22-23 juin 19
Stage 2	9-10 février 19	27-28 juillet 19
Stage 3	9-10 mars 19	14-15 septembre 19
Stage 4	6-7 avril 19	19 – 20 octobre 19
Stage 5	11-12 mai 19	23-24 novembre 19
Evaluations / approfondissements	14-15 décembre 19	

- **examen de validation "shiatsu Loisir" Actéa Santé : 24 novembre 2019**

2<sup>ème</sup> cycle – 22 jours / 170,5 heures

	Module 3	Module 4
Stage 1	25/26 janvier 20	4-5 juillet 20
Stage 2	7/8 mars 20	29-30 août 20
Stage 3	2/3 avril 20	26-27 septembre 20
Stage 4	2/3 mai 20	24-25 octobre 20
Stage 5	6/7 juin 20	14-15 novembre 20
Evaluations / approfondissements	19-20 décembre 20	

- **journée de professionnalisation : 30 août 2020**
- **Examen de validation, niveau 1 professionnel "shiatsu bien-être" Actéa Santé : 15 novembre 2020**

3<sup>ème</sup> année - 22 jours / 170,5 heures

**Module 5 - 4 stages de 3 jours, 2 stages de 4 jours et 2 jours d'examen**

Stage 1	16/17 janvier 21	Remise forme
Stage 2	20/21 février 21	Shiatsu sur Table
Stage 3	3 / 4 avril 21	Shiatsu chaise
Stage 4	1 / 2 mai 21	Stratégie shiatsu
Stage 5	5/6 juin 21	Ampuku
Stage 6	3 / 4 juillet 21	Kansetsu / Normalisations
Stage 7	28/29 aout 21	Shiatsu Yin Shiatsu Yang
Stage 8	25/26 septembre 21	Shiatsu anti-stress
Stage 9	23/24 octobre 21	,Do-in
Stage 10	20/21 novembre 21	Shiatsu cranién/ lifting japonais
Stage 11	18/19 décembre 21	Approfondissement Cycle 3 -prépa soutenance. Exam Actea

- **Préparation de soutenance SPS : 19 décembre 2021**
- **Examen « professionnel de shiatsu » Actéa Santé (niveau 2 professionnel) : 18 décembre 2021**
- **Examen SPS titre « spécialiste shiatsu » : 8 avril 2021**

## 1- Programme détaillé par module : promotion « LI GAO» (G17)

- Stage de 2 jours : samedi et dimanche (8h45 à 12h45 et de 13h45 à 17h30)

### Planning de formation - Promotion « LI GAO» (G17)

Stage 1	<b>Début Module 1</b>	Présentation du groupe et des objectifs. Election des délégués. Principes essentiels du shiatsu et yin/yang, textes, histoire, Yin yang : relation, tableau, vide/plénitude Placement, déplacement transfert : protocole d'initiation en 20 mouvements
Stage 2		Le yin/yang dans la nature-alimentation/climat, Le yin/yang dans l'homme- morphotypes. Pratique protocole éducatif du Dos aux jambes
Stage 3		Yin/Yang : 8 principes Intro méridiens architecture énergétique. Pratique protocole éducatif du Dos aux jambes, Dos à jambes/ omoplate/bras/ haut du dos.
Stage 4		Yin/yang : jing extra, circulation énergétique circadienne – grands méridiens. Pratique protocole éducatif de la Face avant : tête à thorax
Stage 5		Evaluation Module 1. Pratique protocole éducatif de la Face avant : thorax à jambes
Stage 6	<b>Début Module 2</b>	5 éléments : Les Dao, caractéristiques des éléments dans la nature et dans l'homme. 5 éléments : le Bois (tableau et morphotype) + repérage méridien F/VB.. Pratique complète protocole éducatif dos + face avant.
Stage 7		5 éléments : le Feu (tableau et morphotype) + repérage méridiens C/IG MC/TR. 5 éléments : le Métal (tableau et morphotype) + repérage méridiens P/GI . Pratique : révision protocole éducatif + bras face avant + Shiatsu assis
Stage 8		5 éléments l'Eau (tableau et morphotype)+ repérage méridiens R/V . 5 éléments : le Terre (tableau et morphotype) + repérage méridiens Rte/Es Pratique : Shiatsu coté
Stage 9		5 éléments : Points shu antique et de saison + origine des déséquilibres. Pratique : Révision des protocoles de base + repérage méridiens RM/DM. Fluidité des pratiques
Stage 10		Pratique Points shu et zone dos, Points Mu et zones du Hara. Révision protocole base intégration des points.
Stage 11		<b>Evaluation Cycle 1 théorie</b> (2h : Yin/yang- Wu Xing) et pratique complète sur 1 heure. APPROFONDISSEMENT CYCLE 1 Révision des fondamentaux théoriques et pratiques et mise en lien avec le bilan énergétique. Initiation aux études de cas.
Stage 12	<b>Début Module 3</b>	<b>Substances</b> : les trois Trésors Jing/Qi/Shen, les Trois

foyers – Ming Men . Observation : Boshin-  
Setsushin- Monshin Mise en pratique.

**Stage 13**

**Substances** : le Sang et les liquides organiques  
interactions des substances

**Points importants** : les Shu antique, Shu dorsaux,  
point Mu, Xi, Luo, Yuan, points grande réunion,  
PAFA → Repérage et utilisation

**Stage 14**

**Zang fu** : Fonctions, déséquilibres, points  
importants. Fei (loge Poumon) et Sin (loge Cœur)-  
Shiatsu Anti stress et anti tabac

**Ateliers Pratique publique** / étude de cas – bilan  
énergétiques

**Stage 15**

**Zang fu** : Xin Bao Luo (loge Maître Cœur) et Shen  
(loge Rein)

**Réflexologie plantaire.**

**Zang Fu** : Pi (loge Rate) et Gan (loge Foie)

**Stage 16**

**Zang Fu** : les Fu et les entrailles particulières  
Origine des déséquilibres Yin/Yang, Qi / Xue

Pratique des protocoles intégrés futon assis coté

**Evaluation module 3 Théorie** + bilan de la théorie

Evaluation module 3 pratique

**Stage 17**

**Début Module 4**

**Zang fu** : interrelation des Zang et Zang/Fu -

**Atelier Public Shiatsu** / études de cas

**Psychisme** : le Shen (les 3 aspects et les 5 entités  
viscérales). Equilibre / Déséquilibre du Shen -

**Bilan des études de cas** et études des points  
spécifiques au psychisme 1/2

**Stage 18**

**Psychisme** : le Hun et le Pro (fonction et  
déséquilibres)- **Atelier Public Shiatsu** / études  
de cas - Psychisme : le Yi et le Zhi (fonctions et  
déséquilibres) -

**Bilan des études de cas** et études des points  
spécifiques au psychisme 2/2

**Professionnalisation**

**Stage 19**

**Psychisme** : interactions des émotions, du mode de  
vie, de l'âge, du Qi/Xue, Yin/Yang - Adaptation des  
protocoles et précisions des méridiens et points  
d'acupuncture

**Principes de l'alimentation** : physio digestive,  
nature/saveur des aliments, profils énergétique, règles  
du Dao. Relation Rate/Es - Pratique shiatsu en  
fonction des déséquilibres de l'alimentation et étude  
des points spécifiques

**Stage 20**

**Principes de la respiration** : physio resp. et  
interrelation avec l'environnement. Relation P/F/R-  
Pratique shiatsu en fonction des déséquilibres de la  
respiration et points spécifiques

**Principes du sommeil** : rôle et importance du repos.

		Interrelation avec les autres secteurs physio. Relation R/F/C - Pratique shiatsu en fonction des déséquilibres du sommeil et points spécifiques
Stage 21		<b>Principes de l'activité physique</b> : rôle physiologique. Relation F/C . Pratique des protocoles et méridiens <b>Actea Shiatsu bien être examen</b> théorique et pratique- études de cas sur professionnels en shiatsu <b>Professionalisation</b> : Statuts prof, tarification et statut fiscal - Business plan, étude de marché
Stage 22		APPROFONDISSEMENT CYCLE 2 Atelier publique et bilans énergétique. Pratique du shiatsu en 30 mn
Stage 23	<b>Début Module 5</b> Animateur Do In	<b>Do In 1</b> Pratique protocole dynamisation- Pratique protocole relaxation- <b>Do In 2</b> Principes des cours (adaptation au public, rythme, préconisations, saisonnalité, thématique) <b>Do In 3</b> Variante des protocoles : boîte à outils, fiches thématique
Stage 24	SHIATSU REMISES EN FORME / MYO TENSIF	<b>Remises en forme</b> : Protocole et technique de remise en forme : myo tensif, vibrations Points gâchettes et étirements points Xi et tendino musculaires
Stage 25	SHIATSU TABLE	<b>Shiatsu sur Table</b> - Pratique du protocole sur le dos. Mise au point de la technique de transfert Protocole du dos - Protocole face avant
Stage 26	SHIATSU CHAISE	<b>Shiatsu sur Chaise</b> - Principe du travail sur chaise. Pratique du protocole sur chaise normale et chaise ergonomique
Stage 27	AMPUKU	<b>Ampuku</b> - Physiologie, rôle, points importants du hara, précautions à prendre - Pratique des Techniques spécifiques de pression shiatsu - Régularisation des dysfonctionnements - Exercices d'auto renforcement
Stage 28	KANSTETSU SHIATSU	<b>Kansetsu shiatsu _ normalisation</b> - Principes de normalisation : étude de l'origine structurelle et énergétique des déséquilibres. 20 techniques Mise en pratique des kansetsu shiatsu 1/3 Techniques sur face avant Mise en pratique des kansetsu shiatsu 2/ 3 – technique sur face avant et dos Mise en pratique des kansetsu shiatsu 3 /3 techniques dos et assis
Stage 29	SHIATSU YIN /YANG	<b>Shiatsu Yin et Shiatsu Yang</b> - Définition des techniques Shiatsu-Yin et techniques Shiatsu-Yang. Pratique du protocole Shiatsu yang (shiatsu avec les pieds) - Etude des relations croisées de méridiens et

		<p>similitudes de zone Techniques de yin shiatsu (1 à 5) Techniques de yin shiatsu (6 à 10) Techniques de yin shiatsu (11 à 16)</p>
<p><b>Stage 30</b></p>	<p>STRATEGIES EN SHIATSU</p>	<p><b>Stratégies d'adaptation du Shiatsu</b> Bilan énergétique par l'observation : 8 principes, yin/yang, qi/sang, principes vide/plénitude. stratégies d'adaptation des techniques de shiatsu - Moxibustion / digipression / points importants/ Ventouses / respiration</p>
<p><b>Stage 31</b></p>	<p>SHIATSU ANTI STRESS</p>	<p><b>Shiatsu anti stress</b> - Définition et rôle du stress et des émotions. Etude des mécanismes sociaux /physio / psycho et leurs interactions. Pratique de la cohérence cardiaque. Contrôle respiratoire, shiatsu et digipression anti stress Protocole de do in anti stress + exercice d'accompagnement du jusha <b>Cranien / kobido 2/2</b> Pratique du protocole Crânien et Lifting Japonais Actéa Santé - Etude des points spécifiques Shiatsu de l'amincissement</p>
<p><b>Stage 32</b></p>	<p>SHIATSU CRANIEN/ LIFTING JAPONAIS</p>	<p><b>Cranien / kobido 1/2</b> Principes essentiels de l'esthétique en MTC (physio-énergétique du visage et du crane). Etude du protocole complet <b>Cranien / kobido 2/2</b> Pratique du protocole Crânien et Lifting Japonais Actéa Santé - Etude des points spécifiques Shiatsu de l'amincissement</p>
<p><b>Stage 33</b></p>		<p><b>Approfondissement cycle 3</b> <b>Préparation à la soutenance</b> Etudes de cas théorique et pratique. Ateliers publics avec bilan énergétique. <b>Validation Professionnel en shiatsu</b></p>
<p><b>Examen de validation "shiatsu LOISIR" Actéa Santé :</b></p>		
<p><b>Examen de validation "shiatsu BIEN-ETRE" Actéa Santé :</b> - installation professionnelle</p>		
<p><b>Examen « professionnel de shiatsu » Actéa Santé :</b></p>		
<p><b>Examen PRATIQUE pour le titre professionnel SPS "spécialiste en shiatsu" :</b> Soutenance pour le titre professionnel à définir par le Syndicat Professionnel de Shiatsu</p>		

