



氣

La première année de la formation repose sur l'apprentissage de la technique des positions classiques de shiatsu, en travaillant essentiellement avec les mains et les pouces. L'attention est particulièrement portée sur le travail entre le corps et le Qi, avec notre centre énergétique (le HARA). Une posture correcte pendant le traitement est aussi importante pour la santé du patient et du praticien.

Position dorsale :

Travail avec les mains sur le dos, les jambes et les pieds



Position abdominale :

Travail sur les 6 méridiens du bras et de la main et les 6 méridiens de la jambe et du pied. Travail sur le ventre, la poitrine, le cou, la tête et le visage



Chaque cours débute par des exercices de QI GONG et sur des étirements pour équilibrer le corps et conserver une bonne santé. Cette préparation sert aussi à l'échauffement du corps en vue de la pratique du shiatsu.

LE PROGRAMME

<u>DATE</u>	<u>PRATIQUE</u>	<u>THÉORIE</u>
30/09/2023 01/10/2023	Shiatsu sur le dos et jambes : Apprentissage de la technique du Shiatsu avec les mains et les pouces.	QU'EST CE QUE LE QI ? Que symbolise-t-il dans la culture orientale et comment pouvons nous l'intégrer dans la culture occidentale quotidienne et notre étude du shiatsu.
14/10/2023 15/10/2023	Shiatsu du pieds	YIN-YANG : Comment ces deux forces opposées s'expriment dans nos vies quotidiennes? - dans nos corps - nos maladies - et les traitements de shiatsu.
18/11/2023 19/11/2023	- Rocking - diagnostique de dos	Les 5 éléments/phases
09/12/2023 10/12/2023	Les 3 méridiens YIN de bras : - Les poumons - Le coeur - Le maître de coeur	L'élément du bois: - Le foie - La vésicule biliaire - La colère - Le sommeil - La créativité
13/01/2024 14/01/2024	Les 3 méridiens YANG de bras : - Intestin grele - gros intestin - triple rechauffeur	L'ÉLÉMENT DU FEU : - La joie - Le charme - L'activité - Et autres ...
10/02/2024 11/02/2024	Les 3 méridiens YIN de la jambe - Foie - Reins - Rate	L'ÉLÉMENT DE LA TERRE : - La stabilité - Les habitudes - La nourriture...

16/03/2024 17/03/2024	Les 3 méridiens YANG de jambe: - Le Foie - La vésicule biliaire - La vessie	L'ELEMENT DU METAL : - - La nostalgie - La separation - L'argent - La spiritualité
06/04/2024 07/04/2024	- Shiatsu du ventre - diagnostic du ventre	L'ÉLÉMENT DE L'EAU : - La peur L'approfondissement - La sexualité
04/05/2024 05/05/2024	- Les cervicales - La tête - Et le visage	L' ANAMNESE: Comment recevoir un patient, quelles questions poser, et comment choisir les méridiens à traiter.
15/06/2024 16/06/2024	Soin entier	EXAMEN DE FIN D'ANNÉE LA CREATION DU QI