



**FLORENT DAGOBERT**  
**CENTRE DE FORMATION**

*Formation de Shiatsu Professionnalisante*  
&  
Diplômante

PROGRAMME  
FORMATION AU SHIATSU

Centre de Formation habilité par le SPS  
(Syndicat Professionnel de Shiatsu)

*Le centre de formation « La Voie Shiatsu » est habilité par le SPS à former et à faire passer l'examen en vue de l'obtention du Titre Professionnel de Spécialiste en Shiatsu.*

*Ce Titre est inscrit au Registre National des Certifications Professionnelles avec le code 330 (Spécialités plurivalentes des services aux personnes) par le Ministère de l'Emploi. (Journal Officiel du 25/07/2015)  
Le SPS est actuellement, le seul organisme en France à pouvoir délivrer ce Titre.*

# PROGRAMME

## FORMATION AU SHIATSU

De l'initiation à la maîtrise

1. Initiation
2. Approfondissement
3. Perfectionnement
4. Maîtrise

## SHIATSU

Le Shiatsu (pression des doigts) est une thérapie manuelle de tradition japonaise, qui trouve son origine dans l'énergétique asiatique. Il s'applique principalement sur les méridiens, voies de circulation spécifiques du Ki, l'énergie vitale qui maintient la vie et la santé.

Lorsque le Ki circule mal, l'équilibre énergétique des principes vitaux Yin et Yang, dont dépend la santé physique et psychique, est rompu. Des symptômes apparaissent. En agissant par dispersion des blocages et tonification des zones faibles, le Shiatsu régule le flux de l'énergie dans le corps, stimule la puissance d'auto-guérison et améliore la santé.

L'intérêt essentiel du Shiatsu est de posséder des vertus préventives : en effet, les zones et points réflexes du corps traduisent le dérèglement de l'énergie des organes et fonctions vitales auxquels ils sont reliés, bien avant que ceux-ci ne manifestent leur souffrance, et en permettent à la fois l'identification et le traitement. Dès lors, on peut empêcher l'apparition des dysfonctionnements ou, à tout le moins, les atténuer de manière sensible.

Recevoir régulièrement un Shiatsu réduit notablement les atteintes à la santé et préserve l'harmonie émotionnelle et mentale. Il peut être efficacement associé à d'autres disciplines de santé et à la psychothérapie, dont il amplifiera l'action bénéfique.

Au fil du temps, pour celui qui le donne comme pour celui qui le reçoit, le Shiatsu approfondit l'intimité avec soi-même, transforme, équilibre, et engage tout naturellement à prendre la responsabilité de son propre bien-être.

## **Formation de « Spécialistes en Shiatsu » : modules de 1 à 9**

### **INITIATION ou “ART FAMILIAL”**

Le Shiatsu pratiqué en tant qu’art familial est fondé sur des techniques simples. Il ne nécessite aucune connaissance médicale ou de prérequis.

Ce cours d’initiation, permet à l’étudiant de se familiariser avec la vision extrême-orientale de l’univers, de l’homme et de la santé.

Il lui permet, de se familiariser avec les positions de base du Shiatsu par l’intermédiaire des techniques fondamentales.

### **ETUDE THEORIQUE : principes de l’énergétique asiatique**

- Le Tao, le Tö
- Le Yin et le Yang
- Les cinq mouvements
- Le Ki (énergie), sa circulation dans le corps humain
- La première organisation énergétique
- Les Trois Foyers
- Le Shiatsu comme discipline énergétique : Introduction au Shiatsu
- Les méridiens : trajet et fonction
- Contre-indications au Shiatsu, précautions à observer

### **ETUDE PRATIQUE : techniques fondamentales du Shiatsu**

- Shiatsu du dos
- Shiatsu du côté
- L’anma de Maître Tokuda.

Elle comporte une démonstration, suivie d’un échange entre les participants.

### **EXERCICES ENERGETIQUES**

- Do-In (auto-traitement)
- Travail de la posture et de la respiration, étirements
- Concentration, relaxation.

## Formation de « Spécialistes en Shiatsu » : modules de 10 à 18

### **APPROFONDISSEMENT**

Ce cours est ouvert aux personnes titulaires d'une attestation validant les modules de 1 à 9.

Il permet de se présenter à l'examen d'Initiation Deuxième Degré.

Les candidats à l'examen devront suivre une formation d'anatomie-physiologie de 60 heures, ainsi qu'une formation aux gestes de Premiers Secours (dérogation selon diplômes).

### **ETUDE THEORIQUE**

- Préparation à l'examen par interrogation orale et écrite, révisions
- Les méridiens principaux : fonction approfondie, caractéristiques, principaux points.

### **ETUDE PRATIQUE**

- Révision du Shiatsu fondamental (dos, côté)
- Shiatsu de la tête
- Shiatsu du cou
- Shiatsu du visage
- Shiatsu du thorax
- INORI (travail du hara)
- Shiatsu du ventre
- Shiatsu des jambes
- Shiatsu des pieds

### **EXERCICES ENERGETIQUES**

- Etirement des méridiens (méthode Michel Frey)
- Do-In (auto – traitement)
- Exercices de hara

## Formation de « Spécialiste en Shiatsu » : modules de 19 à 27

### PERFECTIONNEMENT

A ce niveau, le pratiquant développe sa perception de l'énergie, sa capacité à établir un bilan énergétique et à déterminer quelles actions sont à mener.

Il sait comment préserver l'équilibre indispensable à sa pratique.

Ce cours représente le premier niveau de préparation des étudiants à l'examen de « Spécialiste en Shiatsu » .

### IL EST OUVERT :

Aux Etudiants titulaires de l'Attestation d'Initiation Deuxième Degré.

### ETUDE THEORIQUE

- Les huit principes dans le bilan énergétique
- Les points d'assentiments et d'alarmes
- Les énergies climatiques
- Les cinq principales substances de base
- Les principaux déséquilibres énergétiques et le traitement Shiatsu : théorie et pratique
- Conseils au consultant : hygiène de vie (alimentation, détoxification, respiration, sommeil), traitements complémentaires.
- Méthodologie de la rédaction des études de cas cliniques

### ETUDE PRATIQUE

- Ampuku (bilan énergétique par le hara)
- Bilan énergétique par les pouls
- Principes et techniques de tonification et de dispersion
- Choix des techniques Shiatsu en fonction du bilan énergétique et de la demande du receveur
- Utilisation des points d'alarmes et d'assentiment.
- Utilisation des plantes et des huiles en fonctions du déséquilibre énergétique
- Shiatsu fluïdique, approfondissement des techniques Shiatsu
- Techniques d'étirements

### EXERCICES ENERGETIQUES

- Do-In,
- Etirement des méridiens (méthode Michel Frey)
- Exercices de hara
- PLANNING 126 h: séminaires en week-end :  
Samedi - dimanche: 9h30 - 13h00 14h30 - 18h00  
Lieu : 12, cité Popincourt - Escalier B 75011 Paris – Métro St Ambroise

<u>Planning :</u>	03 – 04 mars 2018
07 – 08 octobre 2017	07 – 08 avril 2018
04 – 05 novembre 2017	05 – 06 mai 2018
06 – 07 janvier 2018	09 – 10 juin 2018
03 – 04 février 2018	07 – 08 juillet 2018

## Formation de « Spécialiste en Shiatsu » : modules de 28 à 36

### MAITRISE

Ce cours représente le deuxième niveau de préparation des étudiants à l'examen.

Il est ouvert aux Etudiants ayant validés l'ensemble des modules.

Il met l'accent sur la maîtrise et la fluidité de la pratique du Shiatsu et confronte le futur professionnel aux enracinements indispensables : pratique personnelle, éthique, relation au consultant.

### PROGRAMME

- Pratique intensive des techniques du Shiatsu
- Discussion et échange autour des études de cas
- Les merveilleux vaisseaux et leurs utilisations
- Shiatsu sur chaise
- Techniques psychocorporelles
- La consultation
- L'anamnèse
- L'état psychologique du client
- Les différents types de points pour le rééquilibrage énergétique :
  - Les Shu antiques et leurs utilisations
  - Les Luo et leurs utilisations
  - Les Yuan et leurs utilisations
  - Les Luo de groupe et leurs utilisations
- Utilisation des aimants dans le travail de rééquilibrage énergétique
- Module d'installation de l'entrepreneur libéral

### PRATIQUE PERSONNELLE

- Préparation du Praticien avant une séance : enracinement, circulation énergétique, protection,
- Auto-traitement.
- Exercices de hara
- Etirements des méridiens (méthode Michel Frey)
- Contrôle continu de la rédaction des études de cas et du mémoire.

PLANNING 126 h: séminaires en week-end

Samedi - dimanche: 9h30 - 13h00 14h30 - 18h00

Lieu: 25/27, rue des Cités 93300 Aubervilliers – Métro Aubervilliers quatre chemins

<u>Planning :</u>	20 – 21 janvier 2018
16 – 17 septembre 2017	17 – 18 février 2018
28 – 29 octobre 2017	17 – 18 mars 2018
25 – 26 novembre 2017	28 – 29 avril 2018
09 – 10 décembre 2017	23 – 24 juin 2018

## FORMATION

Durée	Modules	Montant de la formation	Sessions
<b><u>4 ans :</u></b>			
1 <sup>ère</sup> année	1 à 9	1800 €	Un week-end par mois pendant 9 mois
2 <sup>ème</sup> année	10 à 18	1800 €	Un week-end par mois pendant 9 mois
3 <sup>ème</sup> année	19 à 27	1800 €	Un week-end par mois pendant 9 mois
4 <sup>ème</sup> année	28 à 36	1800 €	Un week-end par mois pendant 9 mois



## Modalités pédagogiques

### **Théorie :**

Thème enseigné par un cours magistral interactif, accompagné ou non d'une mise en pratique par des techniques participatives.

### **Techniques participatives :**

- Jeux de rôles
- Sous-groupes de travail avec restitution au groupe
- Mise en application en duo
- Etude de cas
- Exercices de questions/réponses

### **Matériels**

- Flip chart
- Rétroprojecteur
- Documents
- Schémas

### **Pratique :**

### **Techniques participatives :**

- Démonstrations et explications des techniques Shiatsu décomposées par phases sur deux participants avec questions/réponses intégrées lors de la démonstration
- Mise en application en duo
- Participation active du receveur (qualité et précision du travail du donneur)
- Echanges donneur/receveur avec restitution au groupe
- Travail individuel (Do-In et étirements des méridiens) :
  - Exercices exécutés en grand groupe avec démonstrations et explications des techniques utilisées

### **Matériels**

- Flip chart
- Documents
- Schémas

## Procédures d'admission :

Pour accéder à cette formation :

- Être en bonne santé (certificat médical)
- Entretien individuel
- Bulletin du casier judiciaire N° 3 vierge
- Français : parlé, lu et écrit.

## Procédures d'évaluation :

- Les fins de sessions de formation sont soumises à évaluation (référentiel de compétences) <sup>1</sup>
- L'évaluation finale pour accéder au Titre Professionnel de « Spécialiste en Shiatsu » s'effectue par l'intermédiaire d'un examen.

## Modalités d'accessibilité à l'examen

Pour accéder à l'examen en vue du Titre Professionnel de « Spécialiste en Shiatsu » l'étudiant devra :

- Avoir suivi 500 heures de cours en centre de formation et avoir validé ses référentiels de compétences
- Avoir effectué 30 études de cas
- Avoir reçu 6 séances de Shiatsu par un spécialiste en Shiatsu
- Avoir rédigé un rapport professionnel
- Être titulaire de l'attestation en anatomie physiologie
- Être titulaire du PSC1 (Premiers secours)
- Être titulaire des attestations 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année
- Il devra produire un extrait de casier judiciaire datant de moins de trois mois (bulletin n° 3).

## Modalités d'examen

Les compétences comportementales et les compétences techniques sont évaluées par deux épreuves de 40mn maximum chacune) :

- Une épreuve pratique avec deux examinateurs
- Une épreuve de soutenance du rapport professionnel avec deux examinateurs distincts de ceux de la pratique.

<sup>1</sup> Les référentiels de compétences peuvent être transmis sur simple demande

## Grilles d'examen

Grille de l'Observateur		
<b>1</b>	<b>Aspect et compétences comportementales</b>	
	Aspect général (propreté, hygiène, bijoux) Accueil / installation de la personne	
<b>2</b>	<b>Compétences techniques : questionnaire (5 minutes)</b>	
	Questions sur l'état antérieur de la personne	
	Questions sur l'état actuel de la personne	
	Questions sur les traitements en cours	
<b>3</b>	<b>Pratique du shiatsu (30 minutes)</b>	
	<b>Observateur :</b>	
	Centrage du candidat en début de séance et fin de séance	
	Qualité des positions adoptées par le candidat	
	Qualité des déplacements autour de la personne	
	Qualité et précision des gestes techniques de shiatsu	
<b>4</b>	<b>Bilan de la séance de shiatsu</b>	
	Respect de la personne pendant la séance (accueil, confort, positionnement)	
	Comportement calme et serein tout au long de la séance	
	Présence du candidat en fin de séance	
	Est-ce que je recommanderais ce praticien à d'autres personnes ? <i>(une réponse négative à cette question de la part du jury est éliminatoire pour le candidat)</i>	
	Gestion du temps imparti	
	Explications de la séance par le candidat : cohérence entre la demande de la personne et le shiatsu pratiqué selon la lecture énergétique et les éventuels conseils <i>(5 minutes)</i>	
<b>Commentaires :</b>		

Grille du Receveur		
<b>1</b>	<b>Aspect et compétences comportementales</b>	
	Aspect général (propreté, hygiène, bijoux) Accueil / prise en charge de la personne	
<b>2</b>	<b>Compétences techniques : questionnaire (5 minutes)</b>	
	Questions sur l'état antérieur de la personne	
	Questions sur l'état actuel de la personne	
	Questions sur les traitements en cours	
<b>3</b>	<b>Pratique du shiatsu (30 minutes)</b>	
	<b>Receveur</b>	
	Prise de contact en douceur	
	Qualité et précision des pressions effectuées	
	Sentiment de « sécurité » tout au long de la séance	
	Sensation agréable et/ou de sérénité à la fin de la séance	
	<b>Importance du hara dans la pratique (éliminatoire)</b>	
<b>4</b>	<b>Bilan de la séance de shiatsu</b>	
	Respect de la personne pendant la séance (accueil, confort, positionnement)	
	Comportement calme et serein tout au long de la séance	
	Présence du candidat en fin de séance	
	Est-ce que je recommanderais ce praticien à d'autres personnes ? <i>(une réponse négative à cette question de la part du jury est éliminatoire pour le candidat)</i>	
	Gestion du temps imparti	
	Explications de la séance par le candidat : cohérence entre la demande du receveur et le shiatsu pratiqué selon la lecture énergétique et les éventuels conseils (5 minutes)	
<b>Commentaires :</b>		

**IMPORTANT Notation :** Epreuve éliminatoire au-dessus de trois cases grisées distinctes (Observateur + Receveur).

**Nota :** Les rubriques grisées **1**, **2** et **4** sont à remplir en concertation par les deux examinateurs

## EPREUVE THEORIQUE : SOUTENANCE DU RAPPORT PROFESSIONNEL

**Session :**

**Nom du candidat :**

**Nom des examinateurs au verso**

Capacités	Critères	Note
Présenter le rapport professionnel et au moins deux études de cas <b>25 minutes maximum</b> <b>(Sans interruption de la part du jury)</b>	1 Présentation structurée et dynamique du rapport professionnel	3
	2 Présentation et explications pertinentes et cohérentes des études de cas.	3
Echanger avec le jury <b>15 minutes maximum</b>	3 Pertinence des réponses aux questions posées par le jury en lien avec le rapport professionnel	3
	4 Pertinence des réponses aux questions posées par le jury en lien avec les cas présentés	3
	5 Capacité d'écoute et de prise en compte des remarques	3
La qualité rédactionnelle	6 Evaluation de la qualité rédactionnelle des écrits	3
	7 Evaluation des caractéristiques du rapport professionnel	2

**Minimum requis 14/20**

**Note : / 20**

## CONDITIONS GENERALES

### PARTICIPANTS

Groupe de 12 personnes maximum

### ENCADREMENT PEDAGOGIQUE

Deux formateurs si le groupe de stagiaires dépasse 12 personnes

### LIEU

Week-end :

Pour les 3<sup>èmes</sup> années

12, cité Popincourt – Escalier B 75011 Paris – Métro St Ambroise

Pour les 4<sup>èmes</sup> années

25/27, rue des Cités 93300 Aubervilliers (Maison de retraite)

### MATERIEL

- vêtements amples et confortables, chaussettes

- une grande serviette (indispensable)

- matériel d'écriture

- schémas et notes fondamentaux de vos cours précédents.

Des supports de cours (schémas, tableaux, synopsis) vous seront fournis au fur et à mesure de l'étude.

### FINANCEMENT

Organisme de financement de la formation : 25% en sus pour frais de dossier et de gestion.

### INSCRIPTION

L'inscription est confirmée par le versement des arrhes : 250 euros. Le solde, sera effectué lors du premier week-end de formation.

Le solde pourra être réglé selon l'échéancier suivant :

Dépôt le premier mois et ensuite dépôt tous les deux mois, d'un chèque d'un montant de 360 euros.

### Autres frais d'inscription :

- Formation aux Premiers Secours par la Croix Rouge (PSC1) (un week-end)

- Formation en Anatomie-Physiologie (cours par correspondance).



## **ANNULATION - ABSENCE**

Les arrhes seront remboursées en cas d'annulation par courrier trois semaines avant le début des cours. Les facilités de paiement ne donnent pas lieu à remboursement. Toute formation commencée est dû dans sa totalité.

## **CLAUSES PARTICULIERES**

L'Ecole se réserve la liberté, en cas d'empêchement d'un enseignant ou pour les nécessités de son organisation, de faire remplacer le titulaire par un autre professeur qualifié.

## **ENSEIGNANT – RESPONSABLE DE FORMATION - Florent DAGOBERT**

Energéticien

Praticien et enseignant certifié de la FFST et du SPS

Praticien de La Trame

Praticien d'Ostéopathie Douce Poyet

Formateur diplômé (DUFA)

Conseiller en Relation d'Aide (IFPM)

## **ENSEIGNANTE - Valérie ROUVRE**

Energéticienne

Praticienne et enseignante certifiée de la FFST et du SPS

Praticienne de La Trame

Diététicienne diplômée

Kinésologue

Relaxologue

*LA VOIE SHIATSU*

*N° de Formateur : 11 910752391*

*Correspondance : 47, rue de Mainville 91210 Draveil*

*Tél : 06 06 63 50 47*

*[infos@lavoieshiatsu.com](mailto:infos@lavoieshiatsu.com)*

*[www.lavoieshiatsu.com](http://www.lavoieshiatsu.com)*



**FORMULAIRE D'INSCRIPTION**  
(A retourner à l'adresse suivante avec vos arrhes)  
**La voie Shiatsu 47, rue de Mainville 91210 Draveil**

Nom

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Tél :

Portable :

Adresse email :

Je certifie avoir pris connaissance du programme de formation et des conditions générales.  
Je joins un chèque d'arrhes de réservation d'un montant de 250 €

Date :

Signature