



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens Iokai Shiatsu Paris

Formation de Spécialiste en Shiatsu

Déroulement séquentiel de l'action concourant au développement de compétences

Intitulé : Spécialiste en Shiatsu (code RNCP : 23661).

- Autorité responsable de la certification : Syndicat professionnel du shiatsu (SPS)
- Niveau - domaine d'activité: III (Nomenclature de 1969), 5 (Nomenclature Europe)
- Code NSF : 330 Spécialités plurivalentes des services aux personnes.
- Référence arrêté création (ou date 1er arrêté enregistrement):

Arrêté du 17 juillet 2015 publié au Journal Officiel du 25 juillet 2015 portant enregistrement au répertoire national des certifications professionnelles. Enregistrement pour cinq ans, au niveau III, sous l'intitulé "Spécialiste en Shiatsu" avec effet au 30 septembre 2015, jusqu'au 25 juillet 2020.

Lieu de certification : Syndicat professionnel en shiatsu (SPS) 37, bis allée Lucien Michard; 93190 Livry Gargan.

Résumé du référentiel d'emploi ou éléments de compétence à acquérir

- Le spécialiste en shiatsu :

Il s'inscrit dans le domaine de la prévention et de la détente.

Le shiatsu fait partie de la filière des techniques manuelles pratiquées depuis des millénaires en Extrême Orient.

- Objectif :

Le spécialiste en shiatsu va aider la personne en demande à garder ou à retrouver un équilibre sur les plans physique, émotionnel et psychique par un travail de rétablissement de la circulation énergétique à l'aide de pressions et par une relation d'aide.

- Compétences à acquérir :

Dans ce cadre le spécialiste en shiatsu atteste des principales capacités suivantes :

Accueillir la clientèle

Etablir un bilan énergétique

Choisir une stratégie d'intervention appropriée

Mettre en pratique les techniques du Shiatsu

Assurer un suivi.

Public

Tout public à partir de 18 ans capable de travailler au sol dans différentes positions : acteurs du secteur social et santé, soignant ou pas, personne en reconversion, et de manière générale, toute personne souhaitant se former à la pratique professionnelle du shiatsu traditionnel japonais.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Durée : 672 heures sur 112 jours répartis sur 6 semestres en trois années civiles.

Coût pédagogique

Coût pédagogique (association non assujettie à TVA) : 7110 Euros.

Hors modules complémentaires et module formation anatomie-physiologie, hors frais de dossier, hors frais de déplacement et d'hébergement, et hors cotisations annuelles au Syndicat Professionnel du Shiatsu et à l'association Formation et Pratique des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris (Tarif 2020-2021).

Conditions : (voir règlement intérieur)

Tenue : détente, souple type jogging et chaussettes. Une tenue spécifique n'est pas obligatoire. Hygiène : il est indispensable d'avoir des ongles courts et propres pour ne pas blesser le receveur.

Le shiatsu nécessitant des échanges dans la sphère personnel du receveur, une parfaite hygiène est indispensable.

Païement : virement bancaire, chèques

3 Formatrices et 1 formateur

Christine Breton

Praticienne de shiatsu depuis 1983, certifiée du Ohashi Institute à New York en 1985.

Certifiée de l'European Iokai Shiatsu Association en 1992,

Certifiée « Spécialiste en Shiatsu » (titre niveau 3, code RNCP : 23661) et adhérente du Syndicat des Professionnels du Shiatsu (SPS) depuis 2016.

Enseigne pour le Iokai Shiatsu à Paris depuis 1996, assistante de Kazunori Sasaki senseï depuis 1999.

René Faivre

Praticien et enseignant de shiatsu, certifié Iokai Shiatsu Europe depuis 2004,

Certifié « Spécialiste en Shiatsu » (titre niveau 3, code RNCP : 23661) et adhérente du Syndicat des Professionnels du Shiatsu (SPS) depuis 2016.

il est également moniteur de sport auprès d'adolescents autistes. Il enseigne l'introduction et le module 1 à Paris et assiste Christine Breton depuis 2002. Il étudie et pratique l'approche des chaînes musculaires et articulaires g.d.s.

Joëlle Nacmias

Praticienne et enseignante de shiatsu, certifiée Iokai Shiatsu Europe depuis 1994.

Certifiée « Spécialiste en Shiatsu » (titre niveau 3, code RNCP : 23661) et adhérente du Syndicat des Professionnels du Shiatsu (SPS) depuis 2016.

Elle assiste Christine Breton et enseigne le module 1 depuis 2006 à Paris. Elle organise régulièrement des ateliers d'initiation et des stages d'été de Do In et Bien-Etre. Elle pratique en parallèle la musique (chant & guitare).



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Catherine Noyelle

Praticienne de Shiatsu, certifiée Iokai Shiatsu Europe depuis 2008.

Certifiée « Spécialiste en Shiatsu » (titre niveau 3, code RNCP : 23661) et adhérente du Syndicat des Professionnels du Shiatsu (SPS) depuis 2016.

Elle enseigne le Do In depuis 2006 et participe à des projets "art contemporain et mouvements" dans différents lieux culturels.

Musicienne, elle intervient notamment auprès des enfants malades en hôpital. Harpiste Professionnelle.

Nombre de participants : 12 maximum par enseignant

Prérequis

1. Prérequis mental : savoir questionner les receveurs du shiatsu sur leurs antécédents de santé, avec tact et diplomatie, dans le but d'adapter les techniques à leurs problématiques. Savoir observer l'état général du receveur
2. Prérequis physique : pouvoir travailler en alternant les positions à genoux, trépied, à genoux assis/talons et en adaptant selon les capacités du donneur et en adéquation avec le gabarit du receveur.
3. Prérequis technique : avoir effectué 90h d'initiation au Module 1 du Shiatsu Iokai.

Méthodes et techniques pédagogiques

Ils s'agit d'une formation pratique et progressive où les connaissances nécessaires à la compréhension sont apportées à l'aide de démonstrations et d'exercices exécutés en binôme, et parfois en petits groupes.

Cette pédagogie implique les participants en les amenant à réaliser les différentes techniques spécifiques selon les principes du shiatsu :

- préparation physique selon la technique japonaise du Do In (mise en condition articulaire et énergétique).
- positionnement et placement pour effectuer pressions, mobilisations et étirements face à la zone traitée.
- perpendicularité et stabilité des pressions.
- pressions venant du Hara à adapter à la zone et à la capacité de réception du sujet



Vocabulaire spécifique

- Assise : outil pour la pratique du Shiatsu, être attentif à sa respiration, son attitude et sa posture. La méditation, dans cette situation, n'est pas idéologique mais bien l'action de revenir au centre. Elle se pratique en début de séance, avant de pratiquer un shiatsu, selon les besoins du praticien, pour trouver la condition indispensable à la pratique d'un bon shiatsu et permettre de développer l'empathie : l'écoute de notre propre organisme nous aide à mieux entendre et repérer chez l'autre les paramètres permettant de retourner à l'équilibre.

- Do In : Do (導) : conduire, guider (l'énergie dans le corps) In (引) : étirer, tirer, attirer, conduire An (按) : maintenir la main tranquillement Gyo ou Kyo (躺) : lever les pieds vers le haut. « Ce terme désigne un ensemble de pratiques destinées à faire circuler l'énergie dans le tout le corps au moyen de respirations ou de mouvements.

», Shizuto Masunaga, fondateur du Iokai Shiatsu.

- Shiatsu : Shi (指) : les doigts et Atsu (圧) : presser, appuyer.

Le Shiatsu est une discipline de thérapie manuelle japonaise séculaire s'exerçant surtout dans le domaine de la prévention et du bien-être.

Les pressions par déport de poids du corps sont effectuées par les pouces principalement, les autres doigts, les paumes, les coudes, ou encore les genoux voire les pieds.

- Hara : Point pivot du corps pour la répartition du poids mais également centre de l'énergie vitale. Il se trouve au niveau du ventre, autour du point central à trois doigts environ sous le nombril.

- Kata : séquence codifiée de Shiatsu. L'enseignement du Module 1 comprend les quatre Katas, séquences dépressions, mobilisations, et étirements de la tête aux pieds, selon la position du sujet : décubitus ventral, latéral et dorsal, position assise.

- Ki : élan vital, source de vie.

Evaluation

Évaluation continue au cours de la formation en se positionnant comme opérateur, sujet et observateur, et par grille formative à chaque apprentissage.

Critères principaux : par analyse avec le formateur : placement, positionnement, perpendicularité, stabilité, qualité du toucher.

En complément : échange avec le sujet pendant et après la séance, sur son ressenti et son état physique et mental.

Organisation d'une journée de formation

Les cours se déroulent de la manière suivante (journée de 6 h de cours avec une heure de pause repas le midi et des pauses de 10 minutes matin et après-midi) :

- 15 à 30 min d'assise concentrée et en respiration consciente afin de se recentrer (mental, respiration, posture).

30 à 45 min de préparation physique par le Do In (échauffement du corps, étirements des méridiens...).

- 30 à 60 min de présentation théorique et pratique par le formateur



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- 4 heures de pratique du shiatsu par binôme : apprentissage des séquences de shiatsu, position, placement, trajet, qualité du toucher, etc...
- Remarque : l'enseignement se fait par démonstration, ce qui implique une attention toute particulière pour mémoriser chaque séquence.
- Important: Les techniques proposées sont directement inspirés du style Iokai Shiatsu.

Déontologie

- Le contenu abordé lors du cursus shiatsu concerne une pratique d'harmonisation énergétique, de prévention et de détente.
- Le principe de cette formation est de rendre autonome le (la) participant(e). Son utilisation non thérapeutique est dans le quotidien, la détente, le bien-être, la relaxation.
- Cette formation a pour axes de travail : la présence à soi et aux autres, la gestion du stress, la dynamisation, la communication, le bien-être et la souplesse physique.
- Les participants sont invités à suivre la pédagogie proposée qui privilégie la mise en confiance, le respect de chacun (mœurs, philosophie, âge, sexe), l'apprentissage par l'expérimentation.
- L'animateur recevra les remarques et réclamations éventuelles des participants, les réglera ou les transmettra à qui de droit.
- Photographies ou films ne pourront être pris pendant les séances de travail qu'avec l'accord des personnes concernées.
- Les participants ne pourront utiliser le temps de cours comme espace de prosélytisme, de pratique sectaire, thérapeutique ou mercantile.
- De par ses objectifs d'enseignement, de sensibilisation et sa vocation non spécifiquement thérapeutique, l'association ISF pourra s'opposer à la présence d'un(e) participant(e) qui ne peut objectivement se prendre en charge.
- Les techniques abordées dans cette formation, enseignées et pratiquées en l'absence de diagnostic et de traitement thérapeutique, ne s'apparentent en rien, ni dans les contenus, ni dans les objectifs, à la pratique de la masso-kinésithérapie ou à une pratique médicale ou paramédicale, et ne sauraient se substituer à un traitement conventionnel; le praticien n'ayant comme intention et finalité que le bien-être de la personne.

Informations

L'appellation "Massage" est sujet à procès (jurisprudence en faveur de J.Savatofski). Ordre des masseur-kinésithérapeutes, fondé en juin 2007.

En France, l'article R.4321-3 du code de la santé publique donne la définition suivante du massage: "On entend par massage toute manœuvre externe, réalisées sur les tissus, dans un but thérapeutique ou non, de façon manuelle ou par l'intermédiaire d'appareils autres que les appareils d'électrothérapie, avec ou sans l'aide de produits, qui comporte une mobilisation ou une stimulation méthodique, mécanique ou réflexe de ces tissus".

Il résulte des dispositions de l'article L 4321-2 du même code que la pratique du massage est réservée aux personnes titulaires d'un diplôme d'état de masseur-kinésithérapie.

Le terme modelage est autorisé, sans être un monopole de l'esthéticienne.

Tout certificat, diplôme en massage, praticien en massage délivré par une école de massage (autre que école de Kinésithérapie) est un diplôme ou certificat d'école ou d'organisme de

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

formation, ce n'est pas un diplôme d'état (sauf le DE de kinésithérapie), et n'a donc pas une reconnaissance officielle.

Si vous n'êtes pas thérapeute, vous devez veiller à ne jamais employer un terme médical pour décrire vos relaxations ou ses effets (ex: bon pour les insomnies, contre la migraine, etc.). Ne pas employer le mot "soin" ni "santé".

Cependant le Parlement Européen considère le Shiatsu comme étant l'une des huit médecines non conventionnelles les plus efficaces. (Rapport Collins- Lannoeye du 29/05/1997-Bruxelles).

En conséquence

Veillez à respecter le code de déontologie suivant lors de votre pratique du Shiatsu :

« Dans le cadre de ma pratique, je m'engage sur l'honneur :

- à exercer mon art dans le respect total de l'intégrité physique et morale de la personne que je rencontre
- à observer scrupuleusement le secret professionnel
- à diriger sans délai vers un médecin toute personne présentant des symptômes le nécessitant.

Compte tenu de la législation française, je me soumetts également aux obligations suivantes :

- ne pas établir de diagnostic médical
- ne pas interrompre un traitement médical
- ne pas prescrire ou conseiller un traitement médical
- à exercer mon art dans le strict domaine de la prévention »

Présentation du contenu de la formation du Iokai Shiatsu Paris

Déroulé de la formation sur 3 ans totalisant 17 séquences à valider

1^{ère} année : 6 séquences – 264 h

101 - Module 1- Les 4 Katas ou mouvements de base du Shiatsu Introduction - 90 heures

102 - Module 2 – Les 14 méridiens du shiatsu – Bases - 84 heures

112 - Module 2 - Etudes des trajets des méridiens Iokai et mobilisations coordonnées - 30 heures

103 - Module 3 – Etudes des outils d'observation du KI - les bases – 12 heures

113 - Module 3 – Mise en pratique des outils d'observation du Ki dans l'étude des déséquilibres organiques et énergétiques - 36 heures

123 - Module 3 – Révisions des outils d'observation du Ki dans l'étude des déséquilibres organiques et énergétiques – 12 heures

Evaluation des acquis : Pratique pour le Module 1, Théorique et Pratique pour les Modules 2 et 3. La validation des acquis est nécessaire pour accéder en 2^{ème} année.

2^{ème} année : 7 séquences – 300 h

201 - Module 1- Perfectionnement de l'étude des 4 Katas ou mouvements de base du Shiatsu - 90 heures

202 - Module 2 – Les 14 méridiens du shiatsu Iokai – Approfondissement – 84 heures

212 - Module 2 – Atelier de pratique des trajets des méridiens – 36 heures

222 - Module 2 - Approfondissement des trajets des méridiens Iokai et mobilisations articulaires et énergétiques adaptées – 30 heures

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

203 - Module 3 – Perfectionnement de l'étude des déséquilibres organiques et énergétiques – 12 heures

213 - Module 3 – L'étude approfondie des outils d'observation du Ki et de la lecture des déséquilibres organiques et énergétiques (Hara, dos) – 36 heures

223 - Module 3 – Révisions des outils d'observation du Ki dans l'étude des déséquilibres organiques et énergétiques – 12 heures

Evaluation des acquis : Théorique et Pratique pour les Modules 1, 2 et 3 ; la validation des acquis est nécessaire pour accéder en 3^{ème} année

3^{ème} année : 4 séquences – 108 h

313 - Module 3 – Atelier de perfectionnement des outils liés au bilan énergétique – 36 heures

304 - Module 4 – Introduction aux applications pratiques à l'aide de textes anciens – 12 heures

314 - Module 4 – Applications pratiques associées à des cas en présentiel – 48 heures

324 - Module 4 – Préparations aux examens – 12 heures

Selon la capacité du participant et, en fonction des évaluations faites par les différents professeurs, la participation à un module supplémentaire peut lui être demandé.

1 - Modules complémentaires :

* **Module travaux personnels dirigés** : Consolidation M1+M2+ M3 + atelier M2 sur 222 heures sur 37 jours

* **Module Anatomie/Physiologie**

Ci-dessous, la description des séances des 4 Modules principaux, les ateliers sont organisés selon le même processus pédagogique :

Descriptif des séances du module 1, introduction aux Katas

Jour 1 - 6 h

* Séance 1 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Présentation de la posture de assise et pratique. Approche de la respiration profonde.

* Apprentissage d'une séquence d'auto-massage et d'une séquence d'étirement de méridiens.

* Théorie : 30'

* Présentation et histoire du Do In et du Shiatsu

* Pratique : 1h

* Approche de la posture et de la pression juste selon les trois règles du shiatsu Iokai.

* Étude et pratique des postures de base : fente, fente basse, seiza.

* Séance 2 : 14h - 17h

* Théorie : 30'

* Présentation de la notion d'enchaînement.

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal.

* Pratique : 2h30

* Approche de la partie basse : jambes.

* Pratique en binôme



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Jour 2 - 6 h

- * Séance 3 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie basse : jambes.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie basse : jambes.
- * Pratique en binôme

- * Séance 4 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal : mobilisations.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie basse : jambes.
- * Approche des mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 3 - 6 h

- * Séance 5 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie centrale : épaules et bras.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie centrale : épaules et bras.
- * Pratique en binôme

- * Séance 6 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie centrale : cage thoracique.
- * Pratique : 2h30
- * Approche de la partie partie centrale : cage thoracique, mobilisation épaules et bras.
- * Pratique en binôme

Jour 4 - 6 h

- * Séance 7 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Notions de base de l'énergétique orientale

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Pratique : 1h
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie supérieure : tête et visage.
- * Approche de la partie supérieure : tête et visage.
- * Pratique en binôme

- * Séance 8 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie supérieure : cou.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie supérieure : cou.
- * Approche de la partie centrale : cou et mobilisations.
- * Pratique en binôme
- * Révision de l'Enchaînement de base décubitus dorsal
- * Questions/réponses.

Jour 5 - 6 h

- * Séance 9 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral
- * Pratique : 1h
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral partie basse : jambes
- * Pratique en binôme

- * Séance 10 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral partie basse : jambes.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie basse : jambes et mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 6 - 6 h

- * Séance 11 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral, approche de la partie supérieure : tête, cou.
- * Pratique : 1h
- * Reprise de la posture et de la pression juste selon les trois règles du shiatsu Iokai.
- * Approche de la partie supérieure : tête et cou.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

* Pratique en binôme

* Séance 12 : 14h - 17h

* Théorie : 30'

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral : bras et épaules.

* Pratique : 2h30

* Suite de l'approche de la partie supérieure : bras et épaules, mobilisations.

* Pratique en binôme

Jour 7 - 6 h

* Séance 13 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

* Théorie : 30'

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral partie centrale : dos et bassin.

* Pratique : 1h

* Approche de la partie centrale : dos et bassin.

* Pratique en binôme

* Séance 14 : 14h - 17h

* Théorie : 30'

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral : dos et bassin.

* Pratique : 2h30

* Suite de l'approche de la partie centrale : mobilisations dos et bassin.

* Approche des mobilisations.

* Pratique en binôme

* Révision de l'Enchaînement de base décubitus latéral

* Questions/réponses.

Jour 8 - 6 h

* Séance 15 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

* Théorie : 30'

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral.

* Pratique : 1h

* Approche de la partie basse : jambes.

* Pratique en binôme

* Séance 16 : 14h - 17h

* Théorie : 30'



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie basse : jambes et mobilisations.
- * Pratique : 2h30
- * Approche de la partie partie basse : jambes et mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 9 - 6 h

- * Séance 17 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie supérieure : tête et nuque.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie supérieure : tête et nuque.
- * Pratique en binôme

- * Séance 18 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie centrale : bras.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie centrale : bras et mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 10 - 6 h

- * Séance 19 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Notions de base des 5 éléments et leur potentiel
- * Pratique : 1h
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie centrale : épaules et dos.
- * Pratique en binôme

- * Séance 20 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie centrale : dos et bassin.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie centrale : dos et bassin, mobilisations.
- * Pratique en binôme
- * Révision de l'Enchaînement de base décubitus ventral
- * Questions/réponses.

Jour 11 - 6 h

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Séance 21 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base assis.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie centrale : dos et omoplate.
- * Pratique en binôme

- * Séance 22 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base assis : bras et mains, mobilisations.
- * Pratique : 2h30
- * Approche de la partie partie centrale : bras et mains, mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 12 - 6 h

- * Séance 23 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base assis partie supérieure : tête et cou.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie supérieure : tête et cou.
- * Pratique en binôme

- * Séance 24 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base assis : épaules, dos et bras, mobilisations.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie supérieure : épaules, dos et bras, mobilisations.
- * Pratique en binôme
- * Révision de l'Enchaînement de base assis
- * Questions/réponses.

Jour 13 - 6 h

- * Séance 25 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30
- * Reprise de l'Enchaînement de base décubitus latéral.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



* Pratique en binôme

* Séance 26 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Reprise de l'Enchaînement de base décubitus latéral.

* Reprise des mobilisations de l'Enchaînement de base décubitus latéral.

* Pratique en binôme

* Questions/réponses.

Jour 14 - 6 h

* Séance 27 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

* Pratique : 1h30

* Reprise de l'Enchaînement de base décubitus ventral.

* Pratique en binôme

* Séance 28 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Reprise de l'Enchaînement de base décubitus ventral.

* Reprise des mobilisations de l'Enchaînement de base décubitus ventral.

* Pratique en binôme

* Questions/réponses.

Jour 15 - 6 h

* Séance 29 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

* Pratique : 1h30

* Reprise de l'Enchaînement de base décubitus dorsal : l'abdomen.

* Pratique en binôme

* Séance 30 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Reprise de l'Enchaînement de base décubitus dorsal.

* Reprise des mobilisations de l'Enchaînement de base décubitus dorsal.

* Pratique en binôme

* Questions/réponses.

Module 1 - les quatre mouvements de base ou Katas, perfectionnement et validation



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Prérequis

- * voir suivi la première partie du module 1.
- * Avoir eu un entretien avec l'enseignant(e) responsable du cours.

* Objectifs de formation spécifiques au perfectionnement

- * Travailler dans son centre de gravité : ressentir et appliquer ce que signifie "pratiquer avec le centre de gravité"
- * Affiner le toucher et les enchaînements
- * Expliquer, utiliser et expérimenter les 3 règles de base du shiatsu
- * Exécuter un enchaînement de base dans sa totalité, sans interruption et avec fluidité.
- * Exposer les notions de base de la philosophie orientale et de l'énergétique orientale traditionnelle

* Compétences spécifiques au perfectionnement

- * Travailler au sol avec aisance
- * Connaissance fluide des enchaînements
- * Reprise de la posture/ respiration
- * Mise en relation avec la connaissance des méridiens
- * Expliquer les bases théoriques de l'énergétique traditionnelle orientale à la lumière des connaissances acquises au module II (et éventuellement au module III)

Validation

- * Inscription dans le livret de l'étudiant
- * Comptabilisation dans le cursus (fichier central)

Descriptif des séquences du Module 1 perfectionnement

Jour 1 - 6 h

- * Séance 1 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Présentation de la posture de assise et pratique. Approche de la respiration profonde.
- * Apprentissage d'une séquence d'auto-massage et d'une séquence d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 30'
- * Présentation et histoire du Do In et du Shiatsu
- * Pratique : 1h
- * Approche de la posture et de la pression juste selon les trois règles du shiatsu Iokai.
- * Étude et pratique des postures de base : fente, fente basse, seiza.

- * Séance 2 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de la notion d'enchaînement.
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal.
- * Pratique : 2h30
- * Approche de la partie basse : jambes.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Pratique en binôme

Jour 2 - 6 h

- * Séance 3 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie basse : jambes.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie basse : jambes.
- * Pratique en binôme

- * Séance 4 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal : mobilisations.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie basse : jambes.
- * Approche des mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 3 - 6 h

- * Séance 5 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie centrale : épaules et bras.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie centrale : épaules et bras.
- * Pratique en binôme

- * Séance 6 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral partie centrale : cage thoracique.
- * Pratique : 2h30
- * Approche de la partie partie centrale : cage thoracique, mobilisation épaules et bras.
- * Pratique en binôme

Jour 4 - 6 h

- * Séance 7 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Théorie : 30'
- * Notions de base de l'énergétique orientale
- * Pratique : 1h
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie supérieure : tête et visage.
- * Approche de la partie supérieure : tête et visage.
- * Pratique en binôme

* Séance 8 : 14h - 17h

- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus dorsal partie supérieure : cou.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie supérieure : cou.
- * Approche de la partie centrale : cou et mobilisation.
- * Pratique en binôme
- * Révision de l'Enchaînement de base décubitus dorsal
- * Questions/réponses.

Jour 5 - 6 h

- * Séance 9 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral
- * Pratique : 1h
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral partie basse : jambes
- * Pratique en binôme

* Séance 10 : 14h - 17h

- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral partie basse : jambes.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie basse : jambes et mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 6 - 6 h

- * Séance 11 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral, approche de la partie supérieure : tête, cou.
- * Pratique : 1h

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Reprise de la posture et de la pression juste selon les trois règles du shiatsu Iokai.
- * Approche de la partie supérieure : tête et cou.
- * Pratique en binôme

* Séance 12 : 14h - 17h

* Théorie : 30'

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral : bras et épaules.

* Pratique : 2h30

* Suite de l'approche de la partie supérieure : bras et épaules et mobilisation.

* Pratique en binôme

Jour 7 - 6 h

* Séance 13 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

* Théorie : 30'

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral partie centrale : dos et bassin.

* Pratique : 1h

* Approche de la partie centrale : dos et bassin.

* Pratique en binôme

* Séance 14 : 14h - 17h

* Théorie : 30'

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus latéral : dos et bassin.

* Pratique : 2h30

* Suite de l'approche de la partie centrale : mobilisations dos et bassin.

* Approche des mobilisations.

* Pratique en binôme

* Révision de l'Enchaînement de base décubitus latéral

* Questions/réponses.

Jour 8 - 6 h

* Séance 15 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

* Théorie : 30'

* Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral.

* Pratique : 1h

* Approche de la partie basse : jambes.

* Pratique en binôme

* Séance 16 : 14h - 17h

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie basse : jambes et mobilisations.
- * Pratique : 2h30
- * Approche de la partie partie basse : jambes et mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 9 - 6 h

- * Séance 17 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie supérieure : tête et nuque.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie supérieure : tête et nuque.
- * Pratique en binôme

- * Séance 18 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie centrale : bras.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie centrale : bras et mobilisations.
- * Pratique en binôme

Jour 10 - 6 h

- * Séance 19 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Notions de base des 5 éléments et leur potentiel
- * Pratique : 1h
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie centrale : épaules et dos.
- * Pratique en binôme

- * Séance 20 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base décubitus ventral partie centrale : dos et bassin.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie centrale : dos et bassin, mobilisations.
- * Pratique en binôme
- * Révision de l'Enchaînement de base décubitus ventral
- * Questions/réponses.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Jour 11 - 6 h

- * Séance 21 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base assis.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie centrale : dos et omoplate.
- * Pratique en binôme

- * Séance 22 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base assis : bras et mains, mobilisation.
- * Pratique : 2h30
- * Approche de la partie partie centrale : bras et mains, mobilisation.
- * Pratique en binôme

Jour 12 - 6 h

- * Séquence 23 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base assis partie supérieure : tête et cou.
- * Pratique : 1h
- * Approche de la partie supérieure : tête et cou.
- * Pratique en binôme

- * Séance 24 : 14h - 17h
- * Théorie : 30'
- * Présentation de l'Enchaînement de base assis : épaules, dos et bras, mobilisations.
- * Pratique : 2h30
- * Suite de l'approche de la partie supérieure : épaules, dos et bras, mobilisations.
- * Pratique en binôme
- * Révision de l'Enchaînement de base assis
- * Questions/réponses.

Jour 13 - 6 h

- * Séance 25 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Reprise de l'Enchaînement de base décubitus latéral.
- * Pratique en binôme

- * Séance 26 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Reprise de l'Enchaînement de base décubitus latéral.
- * Reprise des mobilisations de l'Enchaînement de base décubitus latéral.
- * Pratique en binôme
- * Questions/réponses.

Jour 14 - 6 h

- * Séance 27 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30
- * Reprise des mobilisations de l'Enchaînement de base décubitus ventral.
- * Pratique en binôme

- * Séance 28 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Reprise de l'Enchaînement de base décubitus ventral.
- * Reprise des mobilisations de l'Enchaînement de base décubitus ventral.
- * Pratique en binôme
- * Questions/réponses.

Validation Théorique et pratique

Jour 15 - 6 h

- * Séance 29 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30
- * Reprise de l'Enchaînement de base décubitus dorsal : l'abdomen.
- * Pratique en binôme

- * Séance 30 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Reprise de l'Enchaînement de base décubitus dorsal.
- * Reprise des mobilisations de l'Enchaînement de base décubitus dorsal.
- * Pratique en binôme
- * Tests de validation théorique et pratique



Validation du module 1

- * Attestation de validation du Module 1 du cursus Iokai Shiatsu de la formation de Spécialiste en Shiatsu.
- * Inscription dans le livret de l'étudiant
- * Comptabilisation dans le cursus (fichier central)

Module 2 - Les Méridiens

- * Étude et pratique des quatorze méridiens du shiatsu, première partie introduction aux méridiens et deuxième partie perfectionnement et validations, en séminaires et stages (résidentiels), 216 heures sur 36 jours.

Module 2 - Les Méridiens première partie, introduction

Prérequis

- * Exécuter les quatre enchaînements de base avec une posture, une respiration et une pression correcte.

Objectifs de formation

- * Localiser les trajets des 14 méridiens principaux du Iokai, à l'aide de repères anatomiques et aborder
- * leur équilibrage. Commencer à percevoir la présence et qualité du Ki dans chaque méridien
- * Différencier Kyo, Jitsu, stagnation du Ki, expliquer la notion du Ki et du Sang.
- * Décrire les fonctions des méridiens et des organes et leur relation aux 5 éléments et au Yin / Yang

Contenu

- * Trajets des 14 méridiens selon la carte Iokai
- * Étude des rôles et fonctions de chacun des méridiens
- * Approfondissement de l'étude des 5 Éléments
- * Apprentissage des perceptions kyo / jitsu et des stagnations du ki
- * Étude du Yin-Yang, des fonctions des méridiens et des organes, du Ki et du Sang.
- * Do-in et étirements spécifiques des méridiens

Méthodologie

- * Pratique physique individuelle : observation et reproduction simultanée des techniques présentées par l'enseignant.
- * Pratique physique en binôme : observation des techniques présentées par l'enseignant et reproduction
- * en binôme avec échange de rôle opérateur/sujet.
- * Travaux dirigés : observation et correction par l'enseignant avec reprise des techniques présentées.
- * Bases théoriques : explication des idéogrammes et des textes anciens, mise à disposition de photocopiés et de documents pédagogiques.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Contrôle des acquis

- * Évaluation du toucher des méridiens effectuée sur un formateur - l'évaluation est indicative.
- * Évaluation théorique en fin de module.

Compétence

- * Évaluation du toucher des 14 méridiens et savoir exécuter les mobilisation afférentes.
- * Connaître les fonctions des méridiens et les concepts fondamentaux de l'ancienne approche orientale.

Validation

- * Inscription dans le livret de l'étudiant
- * Comptabilisation dans le cursus (fichier central)

Descriptif des séquences du Module 2 - les méridiens Introduction

Jour 1 - 6 h

Séance 1 : 9h - 12h

- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Poumon à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation du système des méridiens et de la qualité de la fonction énergétique du Poumon.

* Séance 2 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 2 - 6 h

* Séance 3 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Gros Intestin à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Gros Intestin.
- * Repérage et trajet du méridien du Gros Intestin.

* Séance 4 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

* Questions/réponses.

Jour 3 - 6 h

* Séance 5 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Approche de la qualité de la fonction énergétique de Rate-Pancréas à base de mouvements et d'étirement de méridiens.

* Théorie : 1h30'

* Présentation de la qualité de la fonction énergétique de Rate-Pancréas.

* Repérage et trajet du méridien de Rate-Pancréas.

* Séance 6 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.

* Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

* Questions/réponses.

Jour 4 - 6 h

* Séance 7 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Approche de la qualité de la fonction énergétique de l'Estomac à base de mouvements et d'étirement de méridiens.

* Théorie : 1h30'

* Présentation de la qualité de la fonction énergétique de l'Estomac.

* Repérage et trajet du méridien de l'Estomac.

* Séance 8 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.

* Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

* Questions/réponses.

Jour 5 - 6 h

* Séance 9 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Approche de la qualité de la fonction énergétique du Cœur à base de mouvements et d'étirement de méridiens.

* Théorie : 1h30'

* Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Cœur.

* Repérage et trajet du méridien du Cœur.

* Séance 10 : 14h - 17h

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 6 - 6 h

- * Séance 11 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique de l'Intestin Grêle à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique de l'Intestin Grêle.
- * Repérage et trajet du méridien de l'Intestin Grêle.

- * Séance 12 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 7 - 6 h

- * Séance 13 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Rein à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Rein.
- * Repérage et trajet du méridien du Rein.

- * Séance 14 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 8 - 6 h

- * Séance 15 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique de la Vessie à base de mouvements et d'étirement de méridiens.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique de la Vessie.
- * Repérage et trajet du méridien de la Vessie.

- * Séance 16 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 9 - 6 h

- * Séance 17 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Constrictor du Cœur à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Constrictor du Cœur.
- * Repérage et trajet du méridien du Constrictor du Cœur.

- * Séance 18 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 10 - 6 h

- * Séance 19 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Triple Réchauffeur à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Triple Réchauffeur.
- * Repérage et trajet du méridien du Triple Réchauffeur.

- * Séance 20 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 11 - 6 h

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Séance 21 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Foie à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Foie.
- * Repérage et trajet du méridien du Foie.

- * Séance 22 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 12 - 6 h

- * Séance 23 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique de la Vésicule Biliaire à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique de la Vésicule Biliaire.
- * Repérage et trajet du méridien de la Vésicule Biliaire.

- * Séance 24 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 13 - 6 h

- * Séance 25 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche des Merveilleux Vaisseaux et des méridiens Conception et Gouverneur à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30's
- * Présentation de la qualité des fonctions énergétiques Conception et Gouverneur.
- * Repérage et trajet du méridien des méridiens Conception et Gouverneur.

- * Séance 26 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien Conception, présentation des mobilisations et étirements.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien Gouverneur, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Cours Intensif Résidentiel : approfondissement de l'approche de base des méridiens

Jour 14 - 6 h

- * Séance 27 : 9h - 12h
 - * Assise - Do In : 1h30
 - * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
 - * Pratique : 1h30
 - * Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale.
-
- * Séance 28 : 14h - 17h
 - * Pratique : 3h
 - * Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.
 - * Pratique en binôme
 - * Questions/réponses

Jour 15 - 6 h

- * Séance 29 : 9h - 12h
 - * Assise - Do In : 1h30
 - * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
 - * Pratique : 1h30
 - * Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale
-
- * Séance 30 : 14h - 17h
 - * Pratique : 3h
 - * Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.
 - * Pratique en binôme
 - * Questions/réponses.

Jour 16 - 6 h

- * Séance 31 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Pratique : 1h30
- * Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale

- * Séance 32 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.
- * Pratique en binôme
- * Questions/réponses.

Jour 17 - 6 h

- * Séance 33 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30
- * Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale

- * Séance 34 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.
- * Pratique en binôme
- * Questions/réponses.

Jour 18 - 6 h

- * Séance 35 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30
- * Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale

- * Séance 36 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.
- * Pratique en binôme
- * Questions/réponses.

Module 2 - Méridiens deuxième partie, perfectionnement et validation

- * Les quatorze méridiens du shiatsu – développement et mobilisations

Prérequis

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Exécuter les enchaînements des quatre enchaînements de base avec une posture, une respiration et une pression correcte. Identifier les 14 méridiens par le toucher

Objectifs de formation

- * Repérer les trajets des méridiens
- * Approfondir la compréhension du concept oriental de méridien
- * Percevoir le Ki et sa circulation
- * Mobiliser une articulation en lien avec les lieux de passage des méridiens
- * Utiliser le bilan énergétique des méridiens
- * Repérer les perturbations du ki et adapter l'équilibrage en fonction de celles-ci
- * Décrire certains points-clés (tsubos) et leurs propriétés

* Contenu

- * Approfondissement de l'étude des méridiens.
- * Étude des textes anciens sur les fonctions des méridiens
- * Les tsubos : propriétés de certains points clés
- * Localisation et utilisation de certains tsubos
- * Contrôle des acquis
- * Évaluation théorique en fin de module
- * Évaluation du toucher des méridiens effectuée sur un formateur en supervision - l'évaluation est indicative

* Compétences

- * Connaître les fonctions des méridiens et les concepts fondamentaux de l'ancienne approche orientale.
- * Évaluation du toucher des 14 méridiens et savoir exécuter les mobilisations afférentes.

* Validation

- * Inscription dans le livret de l'étudiant. Comptabilisation dans le cursus (fichier central).

Descriptif des séquences du module 2 Perfectionnement et validation

Jour 1 - 6 h

- * Séance 1 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Poumon à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation du système des méridiens et de la qualité de la fonction énergétique du Poumon.
- * Repérage et trajet du méridien du Poumon.

- * Séance 2 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 2 - 6 h

- * Séance 3 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Gros Intestin à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Gros Intestin.
- * Repérage et trajet du méridien du Gros Intestin

- * Séance 4 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 3 - 6 h

- * Séance 5 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique de Rate-Pancréas à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique de Rate-Pancréas.
- * Repérage et trajet du méridien de Rate-Pancréas.

- * Séance 6 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 4 - 6 h

- * Séance 7 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique de l'Estomac à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique de l'Estomac.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

* Repérage et trajet du méridien de l'Estomac.

* Séance 8 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.

* Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

* Questions/réponses.

Jour 5 - 6 h

* Séance 9 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Approche de la qualité de la fonction énergétique du Cœur à base de mouvements et d'étirement de méridiens.

* Théorie : 1h30'

* Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Cœur.

* Repérage et trajet du méridien du Cœur.

* Séance 10 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.

* Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

* Questions/réponses.

Jour 6 - 6 h

* Séance 11 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Approche de la qualité de la fonction énergétique de l'Intestin Grêle à base de mouvements et d'étirement de méridiens.

* Théorie : 1h30'

* Présentation de la qualité de la fonction énergétique de l'Intestin Grêle.

* Repérage et trajet du méridien de l'Intestin Grêle.

* Séance 12 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.

* Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

* Questions/réponses.

Jour 7 - 6 h

* Séance 13 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Rein à base de mouvements et d'étirement de méridiens.

- * Théorie : 1h30'

- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Rein.

- * Repérage et trajet du méridien du Rein.

- * Séance 14 : 14h - 17h

- * Pratique : 3h

- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.

- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

- * Questions/réponses.

Jour 8 - 6 h

- * Séance 15 : 9h - 12h

- * Assise - Do In : 1h30

- * Approche de la qualité de la fonction énergétique de la Vessie à base de mouvements et d'étirement de méridiens.

- * Théorie : 1h30'

- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique de la Vessie.

- * Repérage et trajet du méridien de la Vessie.

- * Séance 16 : 14h - 17h

- * Pratique : 3h

- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.

- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

- * Questions/réponses.

Jour 9 - 6 h

- * Séance 17 : 9h - 12h

- * Assise - Do In : 1h30

- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Constricteur du Cœur à base de mouvements et d'étirement de méridiens.

- * Théorie : 1h30'

- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Constricteur du Cœur.

- * Repérage et trajet du méridien du Constricteur du Cœur.

- * Séance 18 : 14h - 17h

- * Pratique : 3h

- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.

- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.

- * Questions/réponses.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Jour 10 - 6 h

- * Séance 19 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Triple Réchauffeur à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Triple Réchauffeur.
- * Repérage et trajet du méridien du Triple Réchauffeur.

- * Séance 20 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 11 - 6 h

- * Séance 21 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique du Foie à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique du Foie.
- * Repérage et trajet du méridien du Foie.

- * Séance 22 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 12 - 6 h

- * Séance 23 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche de la qualité de la fonction énergétique de la Vésicule Biliaire à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité de la fonction énergétique de la Vésicule Biliaire.
- * Repérage et trajet du méridien de la Vésicule Biliaire.

- * Séance 24 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Démonstration des postures et du trajet du méridien, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Jour 13 - 6 h

- * Séance 25 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Approche des Merveilleux Vaisseaux et des méridiens Conception et Gouverneur à base de mouvements et d'étirement de méridiens.
- * Théorie : 1h30'
- * Présentation de la qualité énergétique des méridiens Conception et Gouverneur.
- * Repérage et trajet du méridien des méridiens Conception et Gouverneur.

- * Séance 26 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien Conception, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Démonstration des postures et du trajet du méridien Gouverneur, présentation des mobilisations et étirements.
- * Pratique en binôme du toucher du méridien, postures, étirements et mobilisations.
- * Questions/réponses.

Cours Intensif Résidentiel : validation du module des méridiens

Jour 14 - 6 h

- * Séance 27 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30
- * Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale

- * Séance 28 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.
- * Pratique en binôme
- * Questions/réponses.

Jour 15 - 6 h

- * Séance 29 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30
- * Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale

* Séance 30 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.

* Pratique en binôme

* Questions/réponses.

Jour 16 - 6 h

* Séance 31 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

* Pratique : 1h30

* Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale

* Séance 32 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.

* Pratique en binôme

* Questions/réponses.

Jour 17 - 6 h

* Séance 33 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.

* Pratique : 1h30

* Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale

* Séance 34 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.

* Pratique en binôme

* Questions/réponses.

Jour 18 - 6 h

* Séance 35 : 9h - 12h

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Assise - Do In : 1h30
- * Assise et pratique d'exercices divers : respirations, auto-massage, étirement de méridiens, postures, enchaînement.
- * Pratique : 1h30
- * Reprise et approfondissement de la théorie et de la pratique des méridiens dans l'ancienne approche orientale

- * Séance 36 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approfondissement du toucher et des mobilisations des méridiens.
- * Pratique en binôme
- * Questions/réponses.

Validation du module 2 les Méridiens

- * Attestation de validation du Module 2 du cursus Iokai Shiatsu de la formation de Spécialiste en Shiatsu.
- * Inscription dans le livret de l'étudiant
- * Comptabilisation dans le cursus (fichier central)

Module 3 - Bilan Énergétique

- * Approche de l'étude des déséquilibres des fonctions organiques et énergétiques, première partie introduction et deuxième partie perfectionnement et validation, en séminaires (4 x 12h) et stages résidentiels (2 x 36h), 120 h sur 20 jours.

*

Module 3 - Bilan Énergétique première partie, Introduction

* Prérequis

- * Avoir effectué la première partie du module 2.
- * Identifier les 14 méridiens par le toucher, les équilibrer et savoir exécuter les mobilisations afférentes.

Objectifs de formation

- * Intégrer les premières notions destinées à établir un bilan énergétique qui permette d'ajuster le shiatsu
- * aux besoins spécifiques de chaque sujet.
- * Utiliser le toucher spécifique à l'examen superficiel de l'abdomen et du dos
- * Expliquer les relations entre les fonctions organiques et les différentes zones de l'abdomen et du dos.
- * Faire preuve de calme intérieur et d'une approche neutre.
- * Expliquer la dynamique du Ki et du Sang et son rôle dans le maintien de l'équilibre énergétique, les Quatre Outils d'Observations du ki, les Huit Aspects du ki, et décrire les types morphologiques associés aux Cinq Éléments.
- * Pratiquer des mobilisations articulaires en fonction des méridiens pour donner suite à un bilan énergétique.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Contenu

- * Travail d'écoute et d'évaluation.
- * Étude des Quatre Outils d'Observations du ki et des Huit Aspects du ki. Analyse de la typologie corporelle et du visage.
- * Toucher superficiel du dos et de l'abdomen (zones de lecture du Iokai). Mobilisations.
- * Do-in, exercices spécifiques.

Méthodologie

- * Pratique physique individuelle : observation et reproduction simultanée des techniques présentées par l'enseignant.
- * Pratique physique en binôme : observation des techniques présentées par l'enseignant et reproduction en binôme avec échange de rôle opérateur/sujet.
- * Travaux dirigés : observation et correction par l'enseignant avec reprise des techniques présentées.
- * Bases théoriques : explication des idéogrammes et des textes anciens, mise à disposition de photocopiés et de documents pédagogiques.

Contrôle des acquis

- * Évaluation et supervision des élèves par les formateurs. Vérification de la théorie.

Compétence

- * Intégrer les premières notions destinées à établir un bilan énergétique pour ajuster le shiatsu spécifique à chaque sujet.

Validation

- * Inscription dans le livret de l'étudiant. Comptabilisation dans le cursus (fichier central)

Descriptif des séquences du module 3 première partie, introduction aux Quatre Outils d'Observations du ki et les différentes approches du bilan énergétique

Jour 1 - 6 h

- * Séance 1 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observation corporelle de la posture et de la mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Introduction des Quatre Outils d'Observations du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 2 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 2 - 6 h

- * Séance 3 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Introduction des Quatre Outils d'Observations du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 4 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

*** Stage Résidentiel : le Bilan Énergétique et ses différentes approches**

Jour 3 - 6 h

- * Séance 5 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Introduction des Quatre Outils d'Observations du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 6 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 4 - 6 h

- * Séance 7 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Introduction des Quatre Outils d'Observations du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 8 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 5 - 6 h

- * Séance 9 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Introduction des Huit Aspects du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 10 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 6 - 6 h

- * Séance 11 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Introduction des Huit Aspects du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 12 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 7 - 6 h

- * Séance 13 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Théorie : 1h30'
- * Introduction des Huit Aspects du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 14 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 8 - 6 h

- * Séance 15 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Introduction des Huit Aspects du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 16 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

*** Fin du Cours Intensif Résidentiel**

*** Approfondissement des différentes approches du bilan énergétique**

Jour 9 - 6 h

- * Séance 17 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Révision de l'approche des Quatre Outils d'Observations du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 18 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.



Jour 10 - 6 h

- * Séance 19 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Révision de l'approche des Huit Aspects du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Introduction à l'étude de cas.
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

* **Module 3 - Bilan Énergétique Perfectionnement et validation**

Prérequis

- * Avoir effectué le module 2 première et deuxième partie, et la première partie du module 3.
- * Connaître les fonctions des méridiens et les concepts fondamentaux de l'ancienne approche orientale.

* **Objectifs de formation**

- * Reprise et approfondissement des objectifs de la première partie du module 3.
- * Connaître en détail les différentes approches du Bilan Énergétique, sur un plan théorique et pratique.
- * Observer un grand nombre de personnes différentes lors d'un même atelier.
- * Établir un bilan énergétique pour ajuster le shiatsu aux besoins spécifiques de chaque sujet.

* **Contenu**

- * Travail d'écoute et d'évaluation
- * Élaboration des études de cas.
- * Étude des Quatre Outils d'Observations du ki et des Huit Aspects du ki. Analyse de la typologie corporelle et du visage.
- * Toucher superficiel du dos et de l'abdomen (zones de lecture du Iokai). Mobilisations
- * Do-in, Qi-Qong spécifiques

* **Méthodologie**

- * Pratique physique individuelle : observation et reproduction simultanée des techniques présentées par l'enseignant.
- * Pratique physique en binôme : observation des techniques présentées par l'enseignant et reproduction en binôme avec échange de rôle opérateur/sujet.
- * Travaux dirigés : observation et correction par l'enseignant avec reprise des techniques présentées.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

* Bases théoriques : explication des idéogrammes et des textes anciens, mise à disposition de photocopies et de documents pédagogiques. Élaboration et présentation d'une étude de cas.

* **Contrôle des acquis**

* Évaluation et supervision des élèves par les formateurs. Vérification de la théorie.

* **Compétence**

* Effectuer une lecture des déséquilibres organiques et énergétiques de façon théorique et pratique sur la base des notions suivantes : abdomen, dos, Ki sang, mobilisations, Quatre Outils d'Observations du ki, Huit Aspects du ki.

* **Validation**

* Attestation de validation du Module 3 du cursus Iokai Shiatsu de la formation de Spécialiste en Shiatsu.

* Inscription dans le livret de l'étudiant

* Comptabilisation dans le cursus (fichier central)

* **Descriptif des séquences du module 3 bilan énergétique Perfectionnement**

* **Évaluation des connaissances se rapportant au bilan énergétique**

Jour 1 - 6 h

* Séance 1 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.

* Théorie : 1h30'

* Approfondissement des Quatre Outils d'Observations du ki.

* Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

* Séance 2 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Approfondissement de l'approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne

* approche orientale.

* Pratique en binôme ou en groupe.

* Questions/réponses.

Jour 2 - 6 h

* Séance 3 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
 - * Théorie : 1h30'
 - * Approfondissement des Quatre Outils d'Observations du ki.
 - * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Séance 4 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
 - * Approfondissement de l'approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
 - * Pratique en binôme ou en groupe.
 - * Questions/réponses.

Cours Intensif Résidentiel : Bilan Énergétique, Perfectionnement et validation

Jour 3 - 6 h

- * Séance: 9h - 12h
 - * Assise - Do In : 1h30
 - * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
 - * Théorie : 1h30'
 - * Perfectionnement de l'approche des Quatre Outils d'Observations du ki.
 - * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Séance 6 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
 - * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
 - * Pratique en binôme ou en groupe.
 - * Questions/réponses.

Jour 4 - 6 h

- * Séance 7 : 9h - 12h
 - * Assise - Do In : 1h30
 - * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
 - * Théorie : 1h30'
 - * Perfectionnement de l'approche des Quatre Outils d'Observations du ki.
 - * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Séance 8 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
 - * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
 - * Pratique en binôme ou en groupe.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

* Questions/réponses.

Jour 5 - 6 h

* Séance 9 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.

* Théorie : 1h30'

* Perfectionnement de l'approche des Quatre Outils d'Observations du ki.

* Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

* Mise en place des études de cas.

* Séance 10 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

* Pratique en binôme ou en groupe.

* Questions/réponses.

Jour 6 - 6 h

* Séance 11 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.

* Théorie : 1h30'

* Perfectionnement de l'approche des Huit Aspects du ki.

* Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

* Mise en place des études de cas.

* Séance 12 : 14h - 17h

* Pratique : 3h

* Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

* Pratique en binôme ou en groupe.

* Questions/réponses.

Jour 7 - 6 h

* Séance 13 : 9h - 12h

* Assise - Do In : 1h30

* Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.

* Théorie : 1h30'

* Perfectionnement de l'approche des Huit Aspects du ki.

* Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

* Mise en place des études de cas.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Séance 14 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 8 - 6 h

- * Séance 15 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Perfectionnement de l'approche des Huit Aspects du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Mise en place des études de cas.

- * Séance 16 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

* **Fin du Stage Résidentiel**

*

* **Évaluation et test**

Jour 9 - 6 h

- * Séance 17 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Révision de l'approche des Quatre Outils d'Observations du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 18 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 10 - 6 h

- * Séance 19 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Théorie : 1h30'

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Observations corporelles de la posture et de sa mobilité montrant les qualités et les limitations des mouvements du ki.
- * Théorie : 1h30'
- * Révision de l'approche des Huit Aspects du ki.
- * Présentation du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 20 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Approche pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

* **Validation du module 3**

- * Attestation de validation du Module 3 du cursus Iokai Shiatsu de la formation de Spécialiste en Shiatsu.
- * Inscription dans le livret de l'étudiant. Comptabilisation dans le cursus (fichier central)

* **Module 4 - Applications pratiques et professionnalisation**

- * Mise en place d'une séance pratique professionnelle de shiatsu et préparation aux examens de certification de Spécialiste en Shiatsu : en séminaires (2 x 12h) et stage résidentiel (48h), 72 h sur 12 jours.

Prérequis

- * Avoir validé les modules 1, 2 et 3. Effectuer un temps de travail dirigé et de révision en fonction des évaluations de l'équipe pédagogique, et la rédaction du rapport professionnel et des dix études de cas

Objectifs de formation

- * Effectuer un shiatsu complet sur un sujet et en faire un rapport circonstancié.
- * Mettre en œuvre tous les éléments permettant d'établir un bilan énergétique au sens de l'énergétique orientale traditionnelle
- * Établir un rapport sur le shiatsu effectué et en communiquer le contenu de manière efficace et concise.
- * Traduire et intégrer ses propres connaissances et acquis théoriques dans la pratique.
- * S'appuyer sur les textes anciens pour présenter les enseignements de l'énergétique orientale traditionnelle

Contenu

- * Étude de textes du Sowaen et du Ling Shu et de différentes interprétations.
- * Approche du profil énergétique, mobilisations articulaires
- * Assise, Do-in Qi-Qong spécifiques.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

* **Méthodologie**

- * Pratique physique individuelle : observation et reproduction simultanée des techniques présentées par l'enseignant.
- * Pratique physique en binôme : observation des techniques présentées par l'enseignant et reproduction en binôme avec échange de rôle opérateur/sujet.
- * Travaux dirigés : observation et correction par l'enseignant avec reprise des techniques présentées.
- * Bases théoriques : explication des idéogrammes et des textes anciens, mise à disposition de photocopiés et de documents pédagogiques.
- * Contrôle des acquis

- * Évaluation et supervision des élèves par les formateurs.
- * Vérification de la théorie sous forme de questions/réponses et des applications pratiques.

Compétence

- * Effectuer un traitement découlant du profil énergétique en utilisant tous les éléments de l'étude des déséquilibres organiques et énergétiques selon l'ancienne approche orientale.

Validation

- * Inscription dans le livret de l'étudiant
- * Comptabilisation dans le cursus (fichier central)

Descriptif des séquences du module 4

Introduction

Jour 1 - 6 h

- * Séance 1 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Séquences d'auto-massage et d'étirement, évaluation énergétiques, étude des postures de statique et de mobilité.
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Introduction à l'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 2 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Présentation des techniques de l'application pratique.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 2 - 6 h

- * Séance 3 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Séquences d'auto-massage et d'étirement, évaluation énergétiques, étude des postures de statique et de mobilité.
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Introduction à l'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.

- * Séance 4 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Présentation des techniques de l'application pratique.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Stage Résidentiel : Module 4 - Applications pratiques et professionnalisation

Jour 3 - 6 h

- * Séance 5 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30'
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Approfondissement du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Étude de cas. Bilan Énergétique.

- * Séance 6 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Application pratique avec un modèle.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 4 - 6 h

- * Séance 7 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30'
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Approfondissement du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Étude de cas. Bilan Énergétique.

- * Séance 8 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Application pratique avec un modèle.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 5 - 6 h

- * Séance 9 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Approfondissement du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Étude de cas. Bilan Énergétique.

- * Séance 10 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Application pratique avec un modèle.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 6 - 6 h

- * Séance 11 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Approfondissement du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Étude de cas. Bilan Énergétique.

- * Séance 12 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Application pratique avec un modèle.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 7 - 6 h

- * Séance 13 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Approfondissement du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Étude de cas. Bilan Énergétique.

- * Séance 14 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Application pratique avec un modèle.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 8 - 6 h

- * Séance 15 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Approfondissement du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Étude de cas. Bilan Énergétique.

- * Séance 16 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Application pratique avec un modèle.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 9 - 6 h

- * Séance 17 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Approfondissement du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Étude de cas. Bilan Énergétique.

- * Séance 18 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Application pratique avec un modèle.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.

Jour 10 - 6 h

- * Séance 19 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Théorie : 1h30'
- * Approche des textes de l'ancienne approche orientale.
- * Approfondissement du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Étude de cas. Bilan Énergétique.

- * Séance 6 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

- * Application pratique avec un modèle.
- * Mise en pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Questions/réponses.
- * **Fin du Stage Résidentiel**

Évaluation, tests et préparation

Jour 11 - 6 h

- * Séance 21 : 9h - 12h
- * Assise - Do In : 1h30
- * Théorie : 1h30'
- * Révision des textes de l'ancienne approche orientale et du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Questions/réponses.

- * Séance 22 : 14h - 17h
- * Pratique : 3h
- * Révision des textes de l'ancienne approche orientale et du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Évaluation, test et préparation à l'examen final
- * Questions/réponses.

Jour 12 - 6 h

- * Séance 23 : 9h - 12h
- * Révision des textes de l'ancienne approche orientale et du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Évaluation, test et préparation à l'examen final
- * Questions/réponses.

- * Séance 24 : 14h - 17h
- * Révision pratique du système d'évaluation énergétique dans l'ancienne approche orientale.
- * Pratique en binôme ou en groupe.
- * Évaluation, test et préparation à l'examen final
- * Questions/réponses.

Examen professionnel "Spécialiste en Shiatsu"

Évaluation européenne par l' European Iokai Shiatsu Association

Pour se présenter à l'examen professionnel, l'étudiant devra avoir poursuivi avec assiduité tout le cursus de formation de son centre de formation, avoir validé les examens intermédiaires organisés par celui-ci et les modules complémentaires.

L'évaluation finale se présente en deux parties :

1 - les connaissances théoriques sont évaluées sur la base d'un examen écrit de trois heures.

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

2 – Les connaissances pratiques sont évaluées par 2 enseignants européens et Kazunori sasaki senseï

L'association Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – iokai Shiatsu Paris s'engage à faire passer un examen final conforme au dossier déposé à la commission nationale de certification professionnelle (RNCP).

les compétences comportementales et les compétences techniques sont évaluées par deux épreuves : une épreuve pratique et la soutenance d'un rapport professionnel.

1 - Epreuve pratique :

1°- La tenue, le tissu et un petit drap

2°- Accueillir le jusha...

1°- Effectuer le bilan énergétique (5 mn)- de manière orientale mais aussi contenant des considérations occidentales /

questions au sujet du jusha

Son état général et ses préoccupations, différentes pathologies,

a-t-il des traitements médicamenteux en cours, depuis quand ? Pourquoi ?

2°- Compter 30 mn de pratique, être vigilant sur sa pratique, être bien centré avant d'intervenir. Au bout de 30 mn (fin de la séance) : présence en fin de séance du candidat est importante

*** 3°- 5 mn de retour sur votre pratique avec les examinateurs : exemple : pendant la séance, qu'avez-vous fait ? Qu'auriez-vous fait avec de plus de temps ?**

2 - Epreuve Théorique :

Prérequis :

- Réussir l'examen pratique pour passer la soutenance.
- fournir le bulletin N° du casier judiciaire de moins de 3 mois dès réception de votre convocation à la soutenance.

La soutenance du rapport professionnel **aura obligatoirement lieu 2 fois par an** :

- le 3^{ème} w.e d'avril donc entre le 17 et le 19 avril 2020 remise des rapports en février
- le 3^{ème} w.e d'octobre donc entre le 24 et le 26 octobre 2020 remise des rapports en août

Contenu du rapport professionnel à présenter à la soutenance :

5 chapitres principaux

1° Une présentation écrite de qui-je-suis...

2° L'orientation : pourquoi avoir choisi la discipline Shiatsu, pourquoi cette école...

3° Le contenu des études – retour d'expériences

4° Ce que l'on retient et ce que l'on a appris, comment cette formation vous a fait évoluer & transformer...

Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Association loi 1901 – Siret : 753 133 487 00011 –

N° de déclaration d'activité : 11755703475

98 Bd des Batignolles 75017 Paris – 01 40 33 00 68 – paris@iokai.fr



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

5° Le projet professionnel (« où projetez-vous de vous installer ? Avez-vous un lieu dédié à la pratique et un statut ? **A noter que le titre professionnel ne peut être accordé qu'aux personnes présentant un projet d'installation cohérent en tant que professionnel.**

Il s'agit aussi de présenter à l'oral **deux études de cas de votre choix sur les 10 cas écrits** pendant la soutenance (huit autres études de cas seront présentées dans le rapport, en annexe).

Pour élaborer une étude de cas : il faut avoir rencontré la personne trois fois et élaborer une conclusion.

Caractéristiques du rapport professionnel :

- 35 à 50 pages, marges minima de 2 cm en hauteur et en largeur ;
- caractères lisibles (corps 12) type Arial, Geneva ou Helvetica, interlignage de 1,5 ligne ;
- impression recto seul avec numérotation des pages en bas de page ;
- reliure en spirale ;
- sommaire en début d'ouvrage, sources bibliographiques en fin d'ouvrage ;
- la page de couverture du rapport professionnel devra annoncer :
 - a. le titre
 - b. le nom de son auteur
 - c. le nom du centre de formation

Lors de la soutenance :

1 - Présentation : autour de 15 mn

2 - questions du jury : autour de 25 mn

À l'issue des épreuves, le Iokai Shiatsu Paris fournira à la commission pédagogique du SPS la liste des élèves ayant réussi l'examen final.

- * En retour, la Commission Pédagogique du SPS fournira le titre professionnel de « Spécialiste en Shiatsu » pour chacun des élèves ayant réussi.
- * Les titres seront envoyés au centre de formation qui les remettra aux nouveaux lauréats.

b) Pour les demandes de dispense en anatomie/physiologie, cf liste des professions dispensées.

c) Les cours avec un professeur adhérent agréé : les candidats suivent les cours dans le cadre de leur centre de formation ou en dehors de celui-ci, exclusivement avec des enseignants d'anatomie/physiologie qualifiés : médecins, kinésithérapeutes, ostéopathes, étioopathes (à titre indicatif, 60 heures minimum).

d) Les cours par correspondance : dans le cas où le centre de formation ne propose pas de cours d'anatomie/physiologie, les candidats devront obligatoirement être titulaires de l'attestation délivrée par l'organisme agréé par le SPS pour délivrer des cours par correspondance. L'organisme agréé par le SPS est : l'IFSH (site : <http://www.ifsh.fr>)



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

L'étudiant contacte le secrétariat et signifie qu'il est étudiant dans un centre de formation habilité par le SPS : la tarification sera alors de 230 € au lieu de 500 € (Il s'agit de l'anatomie/physiologie, sans la pathologie).

* **Module de six séances de Shiatsu**

Chaque étudiant a l'obligation de recevoir au moins six séances de Shiatsu par trois praticiens différents diplômés « Spécialistes en Shiatsu », membres du SPS, pendant leur cursus. Des dérogations pourront être accordées pour les régions ou des membres du SPS ne seraient pas présents en nombre suffisant.

* **Module étude de cas**

Dix études de cas doivent être rédigées par l'élève. Une étude de cas signifie recevoir une personne au minimum trois fois, afin que l'élève puisse suivre l'évolution dans le temps de sa pratique.

Bibliographie

Zen Shiatsu, comment équilibrer le yin et le yang pour une meilleure santé.

Shizuto Masunaga, Edition de la Maisnie, Guy Trédaniel, 1985.

Dans cet ouvrage qui tient lieu de référence en la matière, Shizuto Masunaga, fondateur du Iokai Shiatsu, nous explique comment équilibrer le Yin et le Yang pour une meilleure santé. Grâce à une riche expérience d'enseignant et à de nombreuses photos, ce livre représente une excellente introduction, non seulement à l'art du Shiatsu, mais aussi à une véritable philosophie de la vie.

Zen, Exercices Visualisés

Shizuto Masunaga, Guy Trédaniel Editeur, 1991.

Zen, Exercices Visualisés est l'aboutissement des recherches sur les méridiens menées par Shizuto Masunaga, son successeur Kazunori Sasaki, et les étudiants du Iokai Shiatsu, durant plusieurs années. Ces exercices ont été affinés afin de rester accessibles à tous. Aussi, loin d'être figés, ils permettent de toucher du doigt le mouvement continu de la circulation du Ki, énergie vitale.

Les Méridiens du Shiatsu

Yves Kodratoff – Tilman Gaebler, Guy Trédaniel Editeur, 1995.

Cet ouvrage indique de manière détaillée le trajet des "canaux" (les méridiens) au travers desquels l'énergie subtile (le Ki) circule dans le corps. La méthode de traitement présentée ici a été développée par Shizuto Masunaga sur la base des grands principes de la médecine orientale traditionnelle.

L'approche pratique est facilitée par de nombreuses illustrations et photographies, ainsi que par une carte en couleur des méridiens. Ce travail a été supervisé par Kazunori Sasaki.

Shiatsu et Médecine Orientale

Shizuto Masunaga Edition, Le Courrier du Livre, 1999



Formation et Pratique du Shiatsu des Méridiens – Iokai Shiatsu Paris

Recueil des études publiées dans les deux principaux supports japonais de médecine orientale, cet ouvrage constitue un document majeur dans l'œuvre écrite de Shizuto Masunaga, mais également dans la bibliographie générale du shiatsu et de la médecine orientale. Ce livre bénéficie notamment d'une traduction réalisée directement du japonais au français par Yasutaka Hanamura et Jacqueline Renaud, permettant de conserver au maximum l'expression originelle de l'auteur.

Les 100 récits du traitement

Shizuto Masunaga Edition Le Courrier du Livre, 2008

Récit de traitement de Shizuto Masunaga. Traduit par Yasutaka Hanamura et Murielle Droux.

Le livre complet du shiatsu

Stéfania Redini, Edition De Vecchi SA, 1998.

Simple et clair, ce livre présente une introduction à la théorie énergétique orientale et aux méthodes naturelles d'harmonisation énergétique. Une séquence complète de do in et les quatre enchaînements de base de l'école Iokai y sont exposés à l'aide de photos et d'illustrations précises.

Le Guide du bien-être selon la médecine chinoise

Yves Réquena - Marie Borrel, Guy Trédaniel Editeur, 2000.

Selon la médecine chinoise, notre santé et notre équilibre dépendent des relations que nous entretenons avec le monde qui nous entoure. Ce livre se présente tout à la fois comme un guide pratique, un test de 40 questions et un manuel d'utilisation des qi gong, des huiles essentielles et autres moyens naturels.

La solution intérieure, vers une nouvelle médecine du corps et de l'esprit

Thierry Janssen

Edition Fayard, 2006.

Docteur en médecine, chirurgien et psychothérapeute spécialisé dans l'accompagnement de malades, l'auteur explore les nombreuses facettes de la guérison y compris au contact des guérisseurs traditionnels et des praticiens orientaux, apportant son "œil" scientifique sur les médecines alternatives, les effets dévastateurs du stress, la relaxation, la méditation et le placebo.