



# PROGRAMME DE FORMATION SPECIALISTE EN SHIATSU

Le Centre de Formation Shiatsu-Do Murat prépare les candidats au titre professionnel de spécialiste en shiatsu sur trois années de formation et propose deux lieux de formation, Murat et Montélimar.

## **1) FORMATION PREMIERE ANNEE**

### **A) THEORIE**

- Présentation du centre de formation
- Présentation et historique du Shiatsu
- Présentation de la formation (contenu, examen, SPS)
- Mesure de précautions et contre indications à la pratique du Shiatsu
- Concept du Tao (Do)
- Le Yin et le Yang
- L'énergie (le Ki)
- Les cinq éléments (lois d'engendrement et de contrôle)
- Les douze méridiens principaux
- Les méridiens Vaisseau Conception et Vaisseau Gouverneur
- Zones de bilan énergétique du hara
- Les points Bo
- Présentation et préparation à l'évaluation continue pour valider l'année de formation

### **B) PRATIQUE**

- Apprentissage de la gestuelle adaptée au Shiatsu
- Apprentissage des bonnes postures adaptées au Shiatsu
- Apprentissage de la bonne pression adaptée au Shiatsu
- Pratique des exercices de Do-In
- Pratique des exercices de Shiatsu assis
- Exercices de Makko-Ho et d'étirements
- Apprentissage du travail centré sur le Hara
- Apprentissage des trajets des quatorze méridiens vus en théorie
- Apprentissage des points principaux des quatorze méridiens vus en théorie
- Apprentissage des zones de bilan énergétique du hara
- Apprentissage des points Bo vus en théorie

### **C) EVALUATION**

- Evaluation continue avec test écrit et pratique au sein du centre de formation (décembre, mars et juin)

### **D) ENSEIGNANT**

- FLORENT Gilles

### **E) CALENDRIER ET NOMBRE D'HEURES**

Les cours se déroulent le week-end à raison d'un samedi et/ou dimanche par mois (selon le niveau) de 8h à 20h, à compter de septembre jusqu'en juin comptabilisant quinze journées de dix heures, soit 150 heures. A cela il faut participer aux ateliers pratiques de shiatsu et à des manifestations comptabilisant dix heures. Au total, le nombre d'heures pour la première année sera de 160 heures.

## **2) FORMATION DEUXIEME ANNEE**

### **A) THEORIE**

- Approfondissement des notions vues en première année
- Les différents bilans énergétiques
- Zones du bilan énergétique du dos
- Les points Shu dorsaux
- L'horloge circadienne
- La règle midi – minuit
- Le système des trois foyers
- Déroulement d'une séance
- Présentation et apprentissage des exercices de Do-In
- Présentation des exercices de Sotai
- Présentation des exercices de Shiatsu assis
- Présentation et préparation à l'élaboration du rapport professionnel et des études de cas
- Présentation et préparation à l'évaluation continue pour valider l'année de formation

### **B) PRATIQUE**

- Approfondissement des notions vues en première année (gestuelle, postures et pression)
- Pratique des exercices de Do-In
- Pratique des exercices de Shiatsu assis
- Exercices de Makko-Ho et d'étirements
- Apprentissage des exercices de Shiatsu assis
- Apprentissage des exercices de Sotai
- Approfondissement du travail centré sur le Hara
- Approfondissement du travail sur les zones du Hara
- Apprentissage des points Shu dorsaux vus en théorie
- Apprentissage du travail des zones de bilan énergétique du dos
- Approfondissement des trajets des quatorze méridiens vus en théorie
- Approfondissement des points principaux des quatorze méridiens vus en théorie
- Apprentissage du ressenti lors du travail sur les méridiens

### **C) EVALUATION**

- Evaluation continue avec test écrit et pratique au sein de l'école (décembre, mars et juin)
- Examen d'école des modules Do-In et Shiatsu assis (juin)

### **D) ENSEIGNANT**

- FLORENT Gilles

### **E) CALENDRIER ET NOMBRE D'HEURES**

Les cours se déroulent le week-end à raison d'un samedi et/ou dimanche par mois (selon le niveau) de 8h à 20h, à compter de septembre jusqu'en juin comptabilisant quinze journées de dix heures, soit 150 heures. A cela il faut participer aux ateliers pratiques de shiatsu et à des manifestations comptabilisant dix heures. Au total, le nombre d'heures pour la deuxième année sera de 160 heures.

### **3) FORMATION TROISIEME ANNEE**

#### **A) THEORIE**

- Approfondissement des notions vues en première et deuxième année
- Présentation des grands méridiens
- Les points Shu antiques
- Les points Luo
- Approfondissement du bilan énergétique
- Présentation de la Moxibustion
- Présentation du travail avec les pyonex
- Présentation et préparation à l'élaboration du rapport professionnel et des études de cas
- Présentation et préparation à l'évaluation continue pour valider l'année de formation
- Présentation et préparation aux épreuves de l'examen de praticien

#### **B) PRATIQUE**

- Approfondissement des notions vues en première et deuxième année
- Approfondissement du travail sur les zones du hara et du dos
- Approfondissement du ressenti lors du travail sur les méridiens
- Apprentissage des grands méridiens
- Apprentissage des points Shu antiques vus en théorie
- Apprentissage des points Luo vus en théorie
- Mise en pratique de la moxibustion
- Mise en pratique du travail avec les pyonex
- Mise en situation d'une séance
- Mises en situation d'études de cas
- Mises en situation de présentation du rapport professionnel

#### **C) EVALUATION**

- Evaluation continue avec test écrit et pratique au sein de l'école (décembre, mars et juin)
- Examen final de Spécialiste en Shiatsu (Titre professionnel de niveau 3) comprenant deux épreuves, pratique et soutenance d'un rapport professionnel (si validation pratique).

#### **D) ENSEIGNANT**

- FLORENT Gilles

#### **E) CALENDRIER ET NOMBRE D'HEURES**

Les cours se déroulent le week-end à raison d'un samedi et/ou dimanche par mois (selon le niveau) de 8h à 20h, à compter de septembre jusqu'en juin comptabilisant quinze journées de dix heures, soit 150 heures. A cela il faut participer aux ateliers pratiques de shiatsu et à des manifestations comptabilisant dix heures. A cela il faut rajouter deux journées (septembre et octobre) entre la fin de la 3ème année et la date de l'épreuve théorique de l'examen final (3ème week-end d'octobre - refer.SPS)  
Au total, le nombre d'heures pour la troisième année sera de 180 heures.

## RECAPITULATIF DE LA FORMATION

### **1) DUREE TOTALE DE LA FORMATION :**

- 1<sup>ère</sup> année : 160 heures
- 2<sup>ème</sup> année : 160 heures
- 3<sup>ème</sup> année : 180 heures

Soit un total de 500 heures

### **2) EVALUATIONS PENDANT LA FORMATION :**

- Trois évaluations écrites et pratiques réalisées au centre de formation par année (décembre, mars et juin)
- Un examen d'école des modules Do-In et Shiatsu assis en fin de 2<sup>ème</sup> année

### **3) PREREQUIS POUR SE PRESENTER A L'EXAMEN FINAL :**

#### **Pré requis pour l'épreuve pratique :**

- avoir comptabilisé 500 heures de formation en centre de formation
- détenir le PSC1 (ou équivalence)
- détenir le module anatomie-physiologie (ou équivalence)
- avoir réalisé le rapport professionnel
- avoir réalisé les études de cas (soit 10 vue 3 fois)

#### **Pré requis pour l'épreuve théorique :**

- avoir validé l'épreuve pratique
- fournir un extrait du casier judiciaire n°3

### **4) EXAMEN FINAL :**

L'examen du titre professionnel de Spécialiste en Shiatsu comprend deux épreuves, une épreuve pratique et une épreuve théorique.

L'épreuve pratique se déroule en premier et il faut la valider pour pouvoir présenter l'épreuve théorique.

#### **Epreuve pratique :**

- de façon générale l'épreuve se déroule au centre de formation (ou dans un autre centre de formation de la région en fonction du nombre de candidats de l'ensemble des centres de formation de la région)
- il est demandé de réaliser une séance sur un receveur (membre du jury)
- déroulement de l'épreuve : 5 mn de questionnement, 30 mn de pratique, 5 mn de justification du travail effectué pendant la séance et ce qui aurait pu être fait dans le cadre d'une séance plus longue.
- deux membres de jury, un receveur et un observateur
- validation obligatoire pour présenter l'épreuve théorique (possibilité de rattrapage)

#### **Epreuve théorique :**

- l'épreuve pourra se dérouler au centre de formation (ou dans un autre centre de formation de la région en fonction du nombre de candidats de l'ensemble des centres de formation de la région)
- deux dates uniques sont arrêtées par le SPS pour toute la France (3<sup>ème</sup> week-end d'Avril et 3<sup>ème</sup> week-end d'octobre); aujourd'hui en raison du fonctionnement des cours au centre de formation, c'est la date du 3<sup>ème</sup> week-end d'octobre qui est retenue.
- soutenance du rapport professionnel et d'une à deux études de cas devant un jury (deux membres)
- déroulement de l'épreuve : 15 mn de présentation et 25 mn d'échange avec le jury.

A l'issue de la validation des deux épreuves, vous obtenez le titre professionnel de Spécialiste en Shiatsu.