



Les stages thématiques [2011-2012]

Ces stages et formations courtes, d'une durée de 2 à 5 jours, vous permettent d'élargir vos compétences, d'enrichir votre panel de soins bien-être (galets chauds, ayurvédique, shiatsu, etc.) tout en vous ouvrant à d'autres clientèles (massage du sportif, Réflexologie, etc.).



■ FORMATION ÉNERGÉTIQUE BASE SHIATSU

5 JOURS

INFOS PRATIQUES



Ce stage a pour but de vous initier à une pratique visant à l'équilibre énergétique et au bien-être, par la technique du shiatsu. Vous découvrez comment, par des gestes et manœuvres simples et aisés, on peut détendre, éliminer la fatigue et remettre en forme.

■ Présentation

Durant ce stage de cinq jours (module de base de 2 jours, module de perfectionnement de 3 jours) vous pratiquez les trois protocoles possibles de shiatsu de confort : détente, harmonie et revitalisation, et vous enrichissez votre pratique du massage par des manœuvres énergétiques de type shiatsu.

■ Contenu

- Acquisition des notions fondamentales de circulation du chi et des principaux méridiens.
- Maîtrise de la technique du transfert du poids du corps (*balancing and press*).
- La position en seisa et les déplacements au sol, optimiser sa posture.
- Pratique du Qi Gong des huit pièces de Brocart et aikitaiso traditionnel (respiration, stretching, lâcher-prise, déblocage énergétique), do in (automassage énergétique).
- Acquisition des gestes de techniques énergétiques : les pressions, mobilisations, étirements, frappés, roulés, tambourinés, réchauffés, etc.
- Apprentissage de trois protocoles :
 - détente profonde par le massage shiatsu du dos ;
 - équilibre et harmonie par le massage shiatsu sur le côté ;
 - défatiguant et revitalisant par le massage assis sur chaise ou au sol.

A l'issue de cette formation, vous avez acquis et pouvez utiliser un massage énergétique très efficace : association d'applications de shiatsu et de stretch-massage.

Une **ATTESTATION DE FORMATION** au massage énergétique est remis à chaque participant.



■ DURÉE

5 jours (40 heures)
Module de base : 2 jours
Module de perfectionnement : 3 jours

■ TARIFS (5 jours)

> Tarif *Privilège* : **700 euros**
Sans prise en charge / DIF / CIF
> Tarif *Référence* : **975 euros**
Dans le cadre d'une formation professionnelle

■ DATES ET LIEUX

Dijon

Base (12SH14) 2-3 mars 12
Perf. (12SH44) 26-28 mai 12

Montpellier

Stage *Tout en un !* (base + perf.)
(12SHIA) 16-21 juil. 12

■ SUPPORT PÉDAGOGIQUE

Une documentation complétant la pratique est fournie.

■ INFORMATIONS ET INSCRIPTION

INSTITUT DE FORMATION JOËL SAVATOFSKI
1, rue du Docteur Barbier
F-21000 DIJON
Tél. 03 80 74 27 57
Fax 03 80 72 20 97
Mail :
nadege.thevenot@ifjs.fr