

## Horaires et dates

Calendrier des sessions de formation disponible sur :

<http://www.formation.coachlife.fr/calendrier-formation-coachlife.html>

⇒ Samedi-Dimanche 9h00 -17h00  
(pause déjeuner de 60 minutes)

⇒ **Durée de la formation = 28h**

⇒ **Un fascicule de formation vous sera remis**

## **Bulletin de pré-inscription**

Afin de prendre en compte votre participation, merci d'adresser un chèque d'arrhes de 30 % du prix de la formation en Shiatsu, soit 147 € (à l'ordre de Coachlife) ainsi que votre bulletin de pré-inscription dûment rempli à :

Coachlife  
20, route de Lyon  
73160 Cognin

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Tel : .....

Email : .....

Dates sessions : .....

## **Intervenant**

⇒ Roberto Van Nijnatten  
Diplômé sciences de l'éducation  
Université Paris 7  
Formé au Shiatsu traditionnel  
au Dojo Zen de Paris

## **Renseignements**

⇒ Formation Coachlife  
Tel : 04.79.85.75.58  
Port : 06.22.96.06.80  
Courriel : [contact@coachlife.fr](mailto:contact@coachlife.fr)  
Internet : [www.formation.coachlife.fr](http://www.formation.coachlife.fr)  
(rubrique Shiatsu)

## **Tarifs**

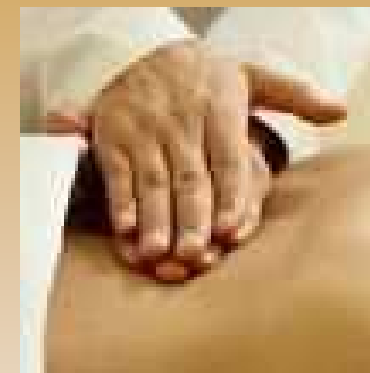
⇒ Stages 1 et 2 = 490€

- 28 heures de formation
- Un fascicule de formation détaillant les enchaînements, la théorie et techniques de pression

## **Lieu**

⇒ Coachlife formation  
20, route de Lyon  
73160 Cognin

# formation au **Shiatsu** (niveau avancé)



## l'art traditionnel de l'acupression



## Le Shiatsu Qu'est ce que c'est ?

L'origine du Shiatsu est japonaise, « Shi » signifie doigt et « atsu » pression.

Issu de la tradition de l'énergétique orientale, c'est un art de communication par le toucher.

Le Shiatsu utilise les pouces et les paumes des mains pour faire pression en certains points du corps humain afin de détendre et favoriser la récupération.

Le Shiatsu stimule le pouvoir naturel de santé. Il est de ce fait efficace dans les dysfonctionnement les plus divers.

Il permet :

- de retrouver le calme et le sommeil, la capacité à récupérer le dynamisme
- de résorber les tensions physiques ou psychiques
- de prévenir des troubles digestifs, les effets du stress
- de résorber les contractures musculaires et articulaires

## Objectifs de la formation

Cette module d'approfondissement a pour objectif principal la découverte, repérage et mise en application des "Katas" spécifiques pour le travail sur les douze méridiens. Lors de cette formation les stagiaires vont pouvoir :

- ⇒ Augmenter la "sensitivité"
- ⇒ Affiner le sens de l'observation
- ⇒ Maîtriser le protocole complet de Shiatsu des méridiens
- ⇒ Expérimenter la physiologie énergétique
- ⇒ Savoir reconnaître le "Kyo" (zone vide d'énergie) et le "Jitsu" (zone de plénitude d'énergie) afin d'utiliser les techniques d'harmonisation énergétique.



## Contenu et déroulement de la formation Shiatsu

### Stage 1 (deux jours)

- pratique de Shiatsu pour les méridiens antérieurs
- pratique de Shiatsu pour les méridiens postérieurs
- palpation du "Hara" : zone réflexe des méridiens
- "Do In" des méridiens
- 14 heures de formation

### Stage 2 (deux jours)

- pratique de Shiatsu pour les méridiens latéraux
- palpation du "Hara" : zone réflexe des méridiens (approfondissement)
- Comment établir un bilan énergétique la méthode "Kyo-Jitsu"
- mise en application : correction énergétique selon la méthode "Kyo-Jitsu"
- "Do In" des méridiens
- 14 heures de formation
- évaluation en continue sur les 4 jours de formation et remise d'une attestation en fin de stage

\* « Coachlife Formation » se réserve le droit de décerner le certificat en Shiatsu « Formation Coachlife » en fonction des résultats et travail personnel..

Pour ceux qui n'obtiendraient pas le certificat en fin de stage, il sera possible sur simple demande et gratuitement, une nouvelle validation après un travail personnel.