En partenariat avec L'**É**cole de **S**hiatsu **T**hérapeutique de Paris

# FORMATION DE SHIATSU FAMILIAL 2025-2026

*Entrez dans la pratique du **Sei Shiatsu Dô**, « la Voie du Shiatsu sincère », **un Shiatsu de filiation martiale, issu de la transmission du Shiatsu dans les dojos d'arts martiaux au Japon***

## Les plus de cette formation :

Une formation essentiellement **pratique**, animée par deux formatrices certifiées de l'École de Shiatsu Thérapeutique de Paris en **6 week-ends (60h)** comprenant :

- **L'Apprentissage d'un Protocole complet de Shiatsu,** avec l'obtention **d'un Certificat de Shiatsu Familial** en fin d'année après validation
- **Des séances de Qi Gong et Automassages** à chaque début de cours
- **Des notions de Médecine Traditionnelle Chinoise** (Yin/Yang, méridiens, 5 éléments…)

- **Une Passerelle possible vers la 2ème année à l'EST Paris**, après validation, pour poursuivre un cursus de formation continue en Shiatsu Traditionnel et/ou Thérapeutique
- L'accès à **un stage de 3 jours** en forêt de Fontainebleau **avec Bernard Bouheret,** Fondateur et Directeur de l'EST, et ses élèves (coût 300€ en sus -enseignement et pension complète inclus - du 5 au 7 juin 2026)

**// Attention : Places limitées à 12 personnes //**

**Tarif Formation : 1270€** + 80€ adhésion à la Butte (facilités de paiement en 4, 6 ou 8 fois)
**Dates : 22-23** novembre / **13-14** décembre / **7-8** février / **7-8** mars / **16-17** mai / **13-14** juin
**Horaires :** Samedi : **14h-19h** / Dimanche : **9h30-14h30**
**Lieu : La Butte de Caen** – 31, rue Louis Robillard 14000 CAEN

**Renseignements : Stephanie CHAPOTOT - 06 28 13 25 47 – stephanie@aozora-shiatsu.com**

AOZORA·
HARMONIE & JOIE DE VIVRE

En partenariat avec L'**É**cole de **S**hiatsu **T**hérapeutique de Paris

# FORMATION DE SHIATSU FAMILIAL 2025-2026

***Le Shiatsu est une pratique énergétique manuelle,*** *fondé sur les principes de la* ***Médecine Traditionnelle Chinoise.*** *Il consiste en un enchainement de* ***pressions rythmées des pouces et des paumes le long des méridiens****, au travers desquels circule* ***l'énergie vitale. Il soutient cette énergie, tonifie le corps et apporte une détente physique et psychique****. Le Shiatsu est reconnu par le ministère de la santé japonais comme* ***thérapie manuelle officielle depuis 1955.***

## Programme de la formation :

**Pratique :**

- Acquisition du Protocole de Shiatsu familial et d'une gestuelle complète adaptée à l'ensemble du réseau des méridiens avec des gestes sûrs, souples et profonds, permettant l'ouverture de ces méridiens
- Acquisition de bonnes postures s'adaptant aux différentes régions et reliefs du corps
- Connaissance de certains grands points qui ponctuent les manœuvres et connectent les organes du corps

**Théorie :**

- Historique du Shiatsu, présentation de l'école Hakko et du Sei Shiatsu Dô
- Le Tao, le Yin/Yang, l'Énergie, les 3 Foyers (San Jiao) et les 3 Trésors (San Bao), les Cinq éléments
- Les grands méridiens (12 méridiens principaux + Du Mai et Ren Mai), l'horloge circadienne

**- Supports de cours de l'EST -**

**Qi Gong et Do-In (automassages)**

## Les Formatrices :

**Stephanie Chapotot** Praticienne et Enseignante de Shiatsu, certifiée en Shiatsu Thérapeutique
**Laurence Carré** Praticienne de Shiatsu et Assistante de Formation, certifiée en Shiatsu Traditionnel

## Matériel à prévoir :

- Une tenue vestimentaire souple pour la pratique
- De quoi prendre des notes – Les supports de cours sont envoyés par mail en amont des cours
- Un Zafu (coussin de méditation)
- Tissus et ténugui

**Renseignements : Stephanie CHAPOTOT - 06 28 13 25 47 – stephanie@aozora-shiatsu.com**

AOZORA
HARMONIE & JOIE DE VIVRE