



En partenariat avec L'École de Shiatsu Thérapeutique de Paris

FORMATION DE SHIATSU FAMILIAL 2026-2027



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 au Japon.**

Les plus de cette formation :

Une formation essentiellement **pratique**, animée par deux praticiennes 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 320€ en sus -enseignement et pension complète inclus - du 4 au 6 juin 2027)

Tarif Formation : 1270€ + 80€ adhésion à la Butte (facilités de paiement en 4, 6 ou 8 fois)

Dates : 6 week-ends à partir d'octobre 2026 - dates à venir ...

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





En partenariat avec L'École de Shiatsu Thérapeutique de Paris

FORMATION DE SHIATSU FAMILIAL 2026-2027



Le Shiatsu est une pratique énergétique manuelle, fondée sur les principes de la Médecine Traditionnelle Chinoise. Il consiste en un enchaînement 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 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
- Un Zafu (coussin de méditation)
- Tissus et Tenugui (carré de tissu pour travailler la tête)

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

