



## Initiation au shiatsu

**21h INTRA** (modulables) - Tarif : nous consulter

**Public : Tout public**

**Prérequis : Aucun**

### Méthode

Formation présentielle.  
Méthodes interactives.  
Échanges et partages d'expériences.  
Apports théoriques.  
Analyse des pratiques.

### Sanction de l'action

Attestation de compétences.

### Modalités d'évaluation

Le bénéficiaire :

- prend connaissance de son niveau d'acquisition lors de la remise de son attestation de compétences.  
- évalue à chaud / puis à froid l'action de formation.

L'entreprise bénéficiaire recevra un questionnaire pour évaluer l'impact de cette action.

### Attestation de stage

Remise en fin de session.

### Intervenant

Formateur homologué SIFAM,  
Praticien en Shiatsu certifié FFST.

### Délais d'accès

Entre trois jours et cinq semaines en fonction des pièces à fournir (nous consulter)

### Accessibilité

Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référent :  
inscriptions@sifam-formations.fr.  
Un accompagnement sera mis en place.

## Objectifs

- Acquérir les techniques fondamentales du shiatsu.
- Savoir ajuster la pression sur les points de digitopression.
- Maîtriser un protocole de Shiatsu visant au bien-être et à la détente.

## Contenu

### Accueil et présentation de la journée / Recueil des attentes du groupe.

Présentation des effets énergétiques du shiatsu.

Précautions préliminaires.

Savoir se placer et maîtriser son énergie.

Application de la fluidité du mouvement dans l'enchaînement des gestes selon un protocole précis et structuré.

### Synthèse et évaluation.

• Nous consulter pour tarifs et dates •