

# ACADEMIE DE SHIATSU

## Disciplines Energétiques Sportives et Culturelles

Siège Social : Le petit Pouyaud 7 Chemin du Château d'eau 24750 CHAMPCEVINEL  
Secrétariat : Académie Phocéenne 81 rue Chateaubriand 13007 MARSEILLE  
Courriel : [therapie-shiatsu@wanadoo.fr](mailto:therapie-shiatsu@wanadoo.fr) Tél : 06 09 16 64 92/06 25 19 07 88  
SIRET : 794 275 156 00022 - N° déclaration d'activité : 72 40 01069 40  
Certifiée Datadock N°0044544 et QUALIOPi en actions de formation et action permettant la validation des acquis par l'expérience - RNCP fiche inactive 32026

## PROGRAMME DE FORMATION TECHNICIEN EN ACUPRESSION ENERGETIQUE ET SHIATSU

1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année

### **Théorie : Connaissances énergétiques orientales**

Tout au long de leur cursus les candidats seront formés à la théorie énergétique en acupression :

Les grandes notions d'énergétique asiatiques :

- Le système yin - yang,
- Le concept de l'Energie,
- Les 5 éléments,
- Le trajet, localisation anatomique, la fonction physiologique, énergétique et psychologique des méridiens, les points principaux et les symptômes des principaux méridiens, et des merveilleux vaisseaux,
- Etude des méridiens tendineux-musculaires,
- Le principe de l'horloge circadienne et la règle midi/minuit,
- L'étude des trois foyers,
- Les points assentiments ou shu dorsaux, les points hérauts ou points mu, et les grands points énergétiques,
- Les huit principes fondamentaux, les quatre polarités
- Les différents bilans énergétiques (dos et ventral),
- Les causes des maladies,
- Les entités viscérales,
- Symptomatologies courantes

Détails du programme de la théorie énergétique :

### **A - La théorie sur l'Energétique Asiatique**

#### **Module 1**

Ce module 1 se prépare sur deux années. Les thèmes abordés sont les suivants :

1 - Généralités en énergétique :

- a) Le Yin et le yang, le Yin,
- b) le Yang dans le temps et l'espace,

Date de dernière mise à jour : 01.09.2022

- c) Les lois du Yin et du Yang,
- d) Le Tao,
- e) L'énergie (ki) et sa constitution, 9-
- f) L'avert et le revers :
- 2 - Les cinq mouvements :
- a) Classification Yin et Yang des organes et des viscères,
- b) Etude de deux viscères particuliers le Maître coeur et le Triple réchauffeur,
- c) Les différentes énergies du corps constitution de l'énergie (ki).

3 - Les lois des cinq éléments et applications :

- a) La loi de contrôle,
- b) La loi d'engendrement,
- c) Les énergies perverses,
- d) Applications en accu pression énergétique.

4- La circulation énergétique et ses rythmes :

- a) La petite circulation (journalière),
- b) La grande circulation (annuelle).

5- Classification des individus Yin et Yang

6- Etude des Méridiens Principaux :

- a) Classification des Méridiens principaux selon le yin et le yang, leurs repères anatomiques, et leur trajet,
- b) Physiologie des méridiens principaux, classification selon les cinq éléments, et, le cycle chrono biologique journalier,
- c) Les loges énergétiques.
- d) Le Système sympathique :
  - Relation avec les Méridiens,
  - Système énergétique qui relie le système sympathique et les méridiens.

## **B - Connaissances fondamentales aux techniques manuelles de base**

Apprentissage des gestes/techniques manuelles de relaxation et du bien-être à la personne

### **A) Techniques de base en décubitus latéral**

- 1- Région cervicale antérieure gauche
- 2- Région cervicale latérale gauche
- 3 - Bulbe rachidien
- 4- Région cervicale postérieure gauche
- 5- Région supra scapulaire gauche
- 6- Région inter scapulaire gauche
- 7- Région infra scapulaire gauche
- 8 - Muscles para vertébraux Pression palmaires, frictions gauche.
- 9 - Même travail appliqué sur le côté latéral droit

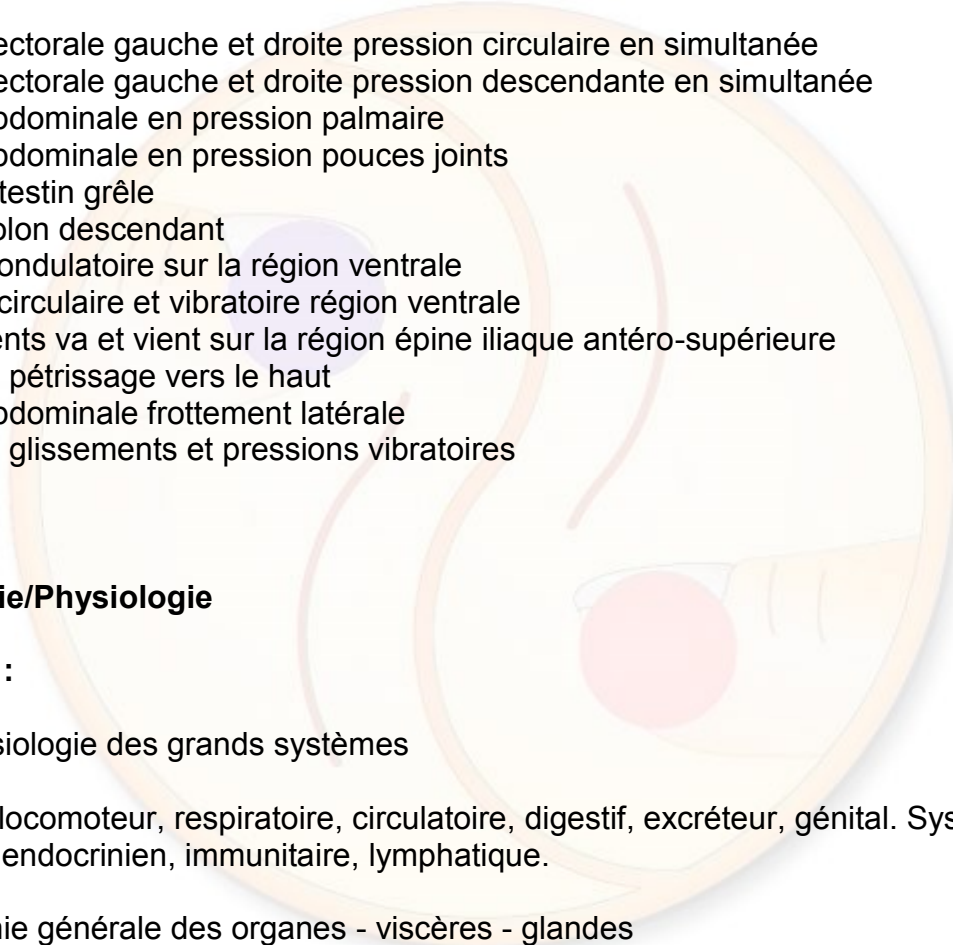
### **B) Techniques de base en décubitus ventral**

- 1 - Ligne médiale occipitale

- 2 - Bulbe rachidien
- 3 - Région cervicale postérieure gauche
- 4 - Région supra scapulaire gauche
- 5 - Région infra scapulaire gauche
- 6 - Région infra scapulaire et lombaire gauche
- 7 - Crête iliaque
- 8 - Sacrum
- 9 - Fessier gauche
- 10 - Point énergétique gauche
- 11 - Région fémorale postérieure gauche
- 12 - Fosse poplitée gauche
- 13 - Région surale postérieure gauche
- 14 - Région surale latérale et médiale gauche
- 15 - Région du tubercule calcanéen gauche
- 16 - Calcanéen latérale et médiale gauche
- 17 - Plante du pied gauche ligne centrale
- 18 - Plante du pied gauche grand point énergétique
- 19 - Même travail appliqué sur le côté droit en décubitus ventral
- 20 - Ajustement du dos omoplates
- 21 - Ajustement du dos flancs
- 22 - Ajustement du dos fessiers
- 23 - Ajustement du dos apophyses transverses
- 24 - Ajustement du dos colonne vertébrale
- 25 - Dos stimulation des nerfs spinaux

### **C) Techniques de base en décubitus dorsal**

- 1 - Région inguinale gauche
- 2 - Région fémorale antérieure gauche
- 3 - Région fémorale médiale gauche
- 4 - Région fémorale latérale gauche
- 5 - Région rotulienne gauche
- 6 - Région surale latérale gauche
- 7 - Région du tarse gauche
- 8 - Région dorsale du pied gauche
- 9 - Région digitale du pied gauche
- 10 - Exercice des orteils et articulations gauche
- 11 - Extension de la plante du pied gauche
- 12 - Etirement de la jambe gauche
- 13 - Région axillaire gauche
- 14 - Région brachiale médiale gauche
- 15 - Fosse cubitale gauche
- 16 - Région antébrachiale médiale gauche
- 17 - Région deltopectorale gauche
- 18 - Région brachiale latérale gauche
- 19 - Région antébrachiale latérale gauche
- 20 - Région dorsale de la main gauche
- 21 - Doigts gauches, régions antérieures postérieures et latérales
- 22 - Ligne centrale de la paume de la main gauche
- 23 - Point central de la ligne de la paume gauche
- 24 - Etirement du bras gauche
- 25 - Même travail sur le côté droit en décubitus dorsal

- 
- 26 - Ligne centrale du crâne
  - 27 - Région pariétale gauche puis région pariétale droit
  - 28 - Régions pariétales gauche et droit en simultanée et ligne centrale
  - 29 - Grand point énergétique au sommet du crâne
  - 30 - Région frontale ligne centrale
  - 31 - Lignes nasales en simultanée gauche et droite
  - 32 - Région zygomatique gauche droite en simultanée
  - 33 - Région orbitale gauche dessous dessus plus région temporale
  - 34 - Même travail sur la région orbitale et temporale droite
  - 35 - Région globes oculaires gauche droite pression simultanée
  - 36 - Région intercostale gauche
  - 37 - Région intercostale droite
  - 38 - Sternum
  - 39 - Région pectorale gauche et droite pression circulaire en simultanée
  - 40 - Région pectorale gauche et droite pression descendante en simultanée
  - 41 - Région abdominale en pression palmaire
  - 42 - Région abdominale en pression pouces joints
  - 43 - Région intestin grêle
  - 44 - Région colon descendant
  - 45 - Pression ondulatoire sur la région ventrale
  - 46 - Pression circulaire et vibratoire région ventrale
  - 47 - Mouvements va et vient sur la région épine iliaque antéro-supérieure
  - 48 - Abdomen pétrissage vers le haut
  - 49 - Région abdominale frottement latérale
  - 50 - Abdomen glissements et pressions vibratoires

## **C - L'Anatomie/Physiologie**

### **Module 1 :**

#### 1) La physiologie des grands systèmes

Appareils locomoteur, respiratoire, circulatoire, digestif, excréteur, génital. Systèmes sensoriel, endocrinien, immunitaire, lymphatique.

#### 2) Anatomie générale des organes - viscères - glandes

Localisation, fonction, signes de dérèglement. : Foie Vésicule biliaire, coeur, intestin grêle, estomac, rate, pancréas, poumons, gros intestin, vessie, reins.

Oreille, yeux, bouche, langues, nez. Glandes surrénales, hypophyse, thyroïde, gonades (ovaires-testicules).

#### 3) Notions de psycho-physio-énergétique

Relations entre problèmes physique ou fonctionnels et blocages émotionnels ou mentaux.

Détermination du blocage psychique ou émotionnel à partir des fonctions physiologiques et énergétique des organes.

Sinusite, otite, angine, bronchite, gastrite et maux d'estomac, diarrhées, constipation, migraine, lumbago, sciatique, boulimie, anorexie eczéma...

**PROGRAMME DE FORMATION TECHNICIEN EN ACUPRESSION  
ENERGETIQUE ET SHIATSU  
3<sup>ème</sup> / 4<sup>ème</sup> ANNEE**

**I Etude des méridiens tendino-musculaires /MTM :**

- Leur trajet,
- Le raisonnement,
- Les principales pathologies traitées par les MTM,
- L'application pratique.

**II Etude des Merveilleux Vaisseaux :**

- Leur trajet,
- Le raisonnement,
- Les principales pathologies traitées par les Merveilleux vaisseaux,
- L'application pratique.

**III Etude des Kekutsu, et Kuatsu :**

- Leur fonction,
- Leur localisation anatomique,
- L'application pratique.

**IV Ampuku du Dos :**

- Le raisonnement,
- Les principales pathologies,
- Les différents traitements,
- L'application pratique.

**V Ampuku du Hara :**

- Le raisonnement,
- Les principales pathologies,
- Les différents traitements,
- L'application pratique.

**VI Sotai Do :**

Les étirements des Méridiens.

**VII Les pathologies :**



Explications anatomiques physiologiques et énergétiques, suivi de la mise en application du protocole de soin (liste non exhaustive) :

- Epaule (différentes problématiques) kata dori,
- Crampes de l'écrivain, tendinite « tennis Elbow »,
- Arthrose du genou,
- Coxarthrose,
- Lombalgie,
- Cervicalgie,
- Affections hépato-biliaires,
- Coliques néphrétiques
- Tachycardie/Bradycardie,
- Les palpitations
- Troubles du sommeil insomnie,
- Les migraines, maux de tête,
- Les points anti-stress application technique,
- Katas thérapeutiques des bras et épaules en latéral.

## **VI Anatomie / physiologie Module 2**

Ce module 2 se prépare sur une année. Les thèmes abordés sont les suivants :

- 1) Anatomie et physiologie spécifiques
  - Le système nerveux description parasympathique et sympathique et le stress
  - La peau et les organes du tact les glandes sudoripares et sébacées
  - Le système locomoteur le système squelettique et le système musculaire,
- 2) Pathologies
  - Troubles physiologiques, physiques, et psychologiques description causes éventuelles : Stress, spasmophilie, tétanie, fatigue asthénie, troubles du sommeil et insomnies, migraines, brûlures digestives, remontées gastriques ballonnements, crise de foie, colite, arythmie, tachycardie, cholestérol, varices hémorroïdes oedème, cellulite cystite, dysurie, torticolis, crampe, tendinite, entorse, rhumatismes arthrite, arthrose.
- 3) Urgences médicales description cause risques signes révélateurs
  - Coeur et circulation infarctus cardiaque, hémorragie interne, phlébite
  - Abdomen intoxication alimentaire grossesse extra-utérine appendicite, occlusion intestinale, colique hépatique, pancréatite
  - Système urinaire coliques néphrétiques
  - Douleurs localisées tête, cou, testicules, articulation
  - Neurologie embolie cérébrale, syncope
  - Autres mélanome malin, glaucome,
- 4) Annexes Connaissance des termes médicaux principaux et bibliographie
  - Index des spécialisations médicalisés, index des examens dépistages, ouvrages de référence.

Nombre d'heures de cours effectuées en centre 100 heures, travail personnel 200 heures.  
Sous réserve que ce programme peut-être être modifié ou modulé en cours d'année.