

programme formation 1èreA Dimanche 2018-2019

J 1	Présentation du Shiatsu+Contre-indications+Indications Préparation physique du donneur Shiatsu du Dos ( approche-1ère ligne de Vessie-2ème ligne de Vessie-sacrum) Vessie : face postérieure du MI
J 2	Rappel des contre-indications+Prévention posture du donneur Révision pratique Étirements-Face dorsale du pied-Face plantaire du pied
J3	Révision pratique Face antérieure et antéro-externe du MI
J4	Révision pratique Face interne du MI
J 5	Révision pratique Ventre et face antérieure du tronc
J 6	Révision pratique Les 3 méridiens Yin du MS
J 7	Révision pratique Les 3 méridiens Yang du MS
J 8	Révision pratique La Tête
J 9	Théorie : concepts spécifiques de la Médecine Traditionnelle Chinoise Notion de Tao, Yin-Yang, et les 5 éléments
J 10	Révision pratique Exercices sur la théorie du Yin-Yang et des 5 éléments Shiatsu assis
J 11	Révision pratique Les pouls Révisions théoriques
J 12	Révision pratique Les pouls : révision Évaluation Fin 1er cycle