



Organisme de Formation de Shiatsu

Contenu de l'Action de Formation concourant au développement des compétences en shiatsu au niveau professionnel
Programme 2025-2026

LIEU DE LA FORMATION: Péricentre IV - 1e étage - 149 rue de la Délivrante 14000 Caen
Les cours sont dispensés par Florence Aliaga

Organisme de formation professionnelle continue n° 28 14 02940 14

*Notre Organisme de Formation accompagne les apprenants jusqu'à l'obtention de l'Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu.
Ecole de shiatsu et d'énergétique chinoise depuis plus de 10 ans*

JOINDRE L'ECOLE : 02 31 47 57 95 – 06 07 05 27 89.
Mail : ecoledumouvement@orange.fr



PUBLICS CONCERNÉS PAR LA FORMATION

Les personnes souhaitant suivre un cursus de formation professionnelle en shiatsu.

Les professionnels des secteurs de la santé et du bien-être souhaitant élargir leur offre et leurs compétences avec une technique originale et efficace (approche énergétique et relation d'aide).

PRÉ-REQUIS POUR RENTRER EN FORMATION

- Être majeur.

Procédure d'admission :

- Faire une lettre de motivation et un CV.
- Mettre en valeur le projet professionnel.
- Avoir suivi l'entretien préalable avant la signature du contrat.

ACCESSIBILITE AUX SITUATIONS DE HANDICAP

Notre Centre de Shiatsu prend en compte les personnes en situations de handicap. Pour connaître nos conditions, modalités d'accès aux formations ainsi que notre accompagnement pédagogique, nous vous demandons de remplir la demande d'inscription qui se trouve en page d'accueil de notre site ou de contacter Florence Aliaga au 06 07 05 27 89.

DURÉE ET MODALITÉS D'ORGANISATION

La formation pour l'Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu se divise en 2

BLOCS :

BLOC 1 : Accueillir le receveur et établir un bilan énergétique.

BLOC 2 : Réaliser une séance de shiatsu.

L'action de formation représente un total de 462 heures de cours collectifs en présentiel réparties sur 3 ans (66 jours).

Durée de la formation (du 13/09/2025 au 30/06/2028) :

Bloc 1 (niveau 1) : 1ère année, 140 h (20 jours) : Du 13/09/25 au 07/06/26

Bloc 2 (niveau 2 et 3) : 2ème et 3ème année, 322 h (46 jours) : De septembre 2026 au 30/06/28

PLAN DE DÉVELOPPEMENT ET ORGANISATION DE LA FORMATION POUR 2025-2026 - 462 h

Bloc 1 (Niveau 1) : 140 h (20 jours) : Du 13/09/25 au 07/06/26

Bloc 2 (Niveau 2) : 133 h (19 jours) : Du 20/09/25 au 14/06/26

Bloc 2 (Niveau 3) : 189 h (27 jours) : Du 27/09/25 au 28/06/26

	NIVEAU 1 du 13/09/25 au 07/06/26	NIVEAU 2 du 20/09/25 au 14/06/26	NIVEAU 3 du 27/09/25 au 28/06/26
BLOC 1 140h 20 jours	13/14 Sept25 - 04/05 Oct. -08/09 nov. - 06/07 déc. 25 - 10/11 janv. 2026 - 07/08 févr. - 07/08mars- 11/12 avril -09/10 mai 25 - 06/07 juin 26		
BLOC 2 322h 46 jours		20/21 Sept 25 - 11/12 Oct. - 15/16 nov.- 17/18 Janv. 2026 - 14/15Févr. - 13/14/15 Mars - 18/19 Avril -16/17 Mai - 13/14 Juin 26.	27/28 sept. 25 - 18/19 Oct. - 21/22/23 nov. - 13/14 déc. 25- 23/24/25 janv. 26- 21/22 fév. - 20/21/22 mars - 24/25/26 avril - 24/25 mai - 19/20/21 juin - 27/28 juin 26
TOTAL 462h soit 66 jours	140h = 20 journées	133h = 19 journées	189h = 27 journées

HORAIRES DE FORMATION

Les cours se regroupent sur les week-ends en présentiel ou en distanciel en fonction des circonstances sanitaires.

Samedi et dimanche de 9h30 à 13h et de 14h à 18h. Pauses : Matin : 11h à 11h15 - Après-midi : 15h45 à 16h

Déjeuner : 13h-14h - 7h de cours par jour

Ateliers hebdomadaires : Les vendredis soir de 18h à 19h30 avec un encadrant (enseignant ou assistant de l'école)

ATTESTATIONS

- Formation en anatomie-physiologie et physiopathologie (75 h en e-learning)
- Module 1 du Bloc 3 : Installation réussie
- Ces modules seront dispensés par l'IFSDA (Institut de Formation en Shiatsu et Disciplines Associées) .
- Les attestations seront demandées pour le passage de l'examen final.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE LA FORMATION DE 462 H

·BLOC 1 : Accueillir la clientèle et établir un bilan énergétique

- 140 h (20 jours) : À la fin du Bloc 1, vous serez capable d'accueillir la clientèle, d'établir un bilan énergétique et de créer un protocole personnalisé.

·BLOC 2 : Réaliser une séance de shiatsu

- 322 h (46 jours) : À la fin du Bloc 2, vous serez capable de préparer l'espace et le matériel, de mettre en œuvre les positions du receveur, de réaliser une séance de Shiatsu, de faire un bilan et de donner des conseils après la séance.

SANCTION DE LA FORMATION

- Autoévaluations tout au long de l'année.
- Contrôles continus des acquis le dernier samedi de juin (9h-13h)
 - Évaluations sur 2 niveaux de notation:
 - Acquis (note minimum 12/20)
 - Non acquis
 - Remise des attestations de fin de formation (1ère et 2ème année)

Certificat de réalisation pour chaque bloc.

DÉLAI D'ACCÈS

- Après signature du dossier précontractuel.
- Inscriptions Bloc 1 : Avant mi-juillet.
- Inscriptions Bloc 2 : Avant mi-juillet

COÛT DE LA FORMATION COMPLÈTE

Bloc 1 : 1377€ net de taxe

Bloc 2 : 2756€ net de taxe

Formation complète (462 h) : 4133€ net de taxe

Pour les prises en charge par des fonds de formation ou autres structures, contactez le centre de shiatsu pour un devis.

INEXÉCUTION TOTALE OU PARTIELLE DE L'ACTION DE FORMATION

Conformément au code du travail, si un cas de force majeure empêche la poursuite de la formation, seule la formation effectivement dispensée sera facturée. En cas d'inexécution de la formation par le stagiaire (à l'exception des cas de force majeure), une pénalité de 60% du prix de la formation non exécutée sera appliquée.

En cas d'inexécution partielle imputable à l'organisme de formation, une pénalité de 60% du prix sera également appliquée.

LES FORMATEURS

Les cours sont dispensés par :

- Florence Aliaga, Titre RNCP de Spécialiste en Shiatsu, Professionnelle en Shiatsu reconnue par le SPS.
- 1 assistant(e) disposant des références, titres et diplômes suivants : Titre RNCP. En complément, un(e) assistant(e) pourra assister durant la formation.
- En complément, possibilité d'intervention d'un Professionnel en Shiatsu reconnu par le SPS, spécialisé en énergétique orientale.

MÉTHODES MOBILISÉES - MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE

- Séances de formation dans un Dojo avec tatamis.
- Supports de cours envoyés aux stagiaires par mail avant chaque session et à produire le jour du stage.
- Travaux pratiques avec support papier, en relation directe avec les cours théoriques ou permettant la révision de certaines données antérieures.
- Études de cas concrets avec utilisation de tableaux : appréciation des résultats avec fiches d'études corrigées au cas par cas.
- Pratique : La pratique occupe une place importante et commence dès le premier week-end. Elle vise à immerger les stagiaires dans la réalité de la pratique du shiatsu.
- Les conditions des travaux pratiques sont optimisées grâce à l'utilisation du dojo avec tableaux.
- Exposés théoriques avec utilisation du vidéoprojecteur.
- Cours en visioconférence en cas de crise sanitaire ou de confinement.

LE CENTRE DE FORMATION S'ENGAGE À FOURNIR UNE FORMATION DE QUALITÉ. IL DOIT :

Suivre la présence de chaque élève via les feuilles d'émargement et vérifier la qualité de leur travail par des évaluations intermédiaires ou des contrôles continus.

Ces évaluations permettent de déterminer les connaissances acquises et les gestes professionnels visés.

Préparer les apprenants en vue de l'obtention de l'Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu à l'issue de la formation.

Conseiller les futurs professionnels en Shiatsu pour les aider dans leur insertion professionnelle.

Le savoir-faire de l'organisme de formation repose sur une grande pédagogie, une participation active des stagiaires, des exercices pratiques et des mises en situations, pour permettre aux stagiaires d'intervenir régulièrement et poser des questions.

Afin de faciliter le transfert de connaissances, les cours sont limités à 12 élèves par session. L'école accepte 8 stagiaires supplémentaires par assistant.

Nombre maximum d'apprenants : BLOC 1 : 20 - BLOC 2 : 20

NOUS VOUS ACCOMPAGNONS TOUT AU LONG DE LA FORMATION

Modalités de suivi :

- Suivi des Études de cas.
- Contrôle des acquis pendant la formation.
- Feuille d'émargement par demi-journée.
- Attestation de présence individuelle (pour les personnes prises en charge par un organisme).
- À l'issue de la formation, passage de l'examen des BLOC 1 et BLOC 2 en vue de l'obtention de l'Attestation d'Aptitude Professionnelle en Shiatsu.
- Remise du Certificat de réalisation de fin de formation
- .

Modalité d'évaluation (Voir page 7, 9 et 12):

- L'examen des BLOC 1 et BLOC 2 est organisé par le Centre de Shiatsu.
- Les examens de passage des BLOC 1 et BLOC 2 se dérouleront simultanément, à la fin des 462 h de formation, sous l'organisation de l'organisme de formation (OF).

Demander le programme détaillé au Centre de Formation

Objectifs

Accueillir la clientèle et établir un bilan énergétique.
Maîtriser les katas de base et les postures justes.

Programme

- Accueillir le receveur en lui expliquant les principes du Shiatsu.
- Conduire un échange verbal
- Réaliser une grille d'observation
- Faire un bilan énergétique.
- Elaborer un protocole adapté.
- Préparer l'espace de travail et le matériel nécessaire à la séance de shiatsu
- Connaître les différentes positions de travail du receveur (1e partie).

CALENDRIER NIVEAU 1

BLOC 1

Du 13/09/25 au 07/06/26 -140h

13/14 septembre 25

04/05 Octobre 25

08/09 novembre 25

06/07 décembre 25

10/11 janvier 26

07/08 février 26

07/08 mars 26

11/12 avril 26

09/10 mai 26

06/07 juin 26

**Evaluation annuelle des acquis: Faire un bilan énergétique - Elaborer un protocole personnalisé et adapté.
Délivrance de l'attestation BLOC 1 (Niveau1)**

Demander le programme détaillé au Centre de Formation

Objectifs

Réaliser une séance de shiatsu.

Réaliser un bilan de fin de séance de shiatsu (1e partie).

Programme

- Préparer l'espace de travail et le matériel nécessaire à la séance de shiatsu.
- Connaître les différentes positions de travail du receveur (2e partie). Savoir mettre en œuvre les katas de base.
- Effectuer un temps de centrage (pour le donneur) - Réaliser la prise de contact avec le receveur.
- Les cinq fatigues, ou les déséquilibres énergétiques – Les trois foyers
- Etude de Cas et discussions.
- Fonction énergétique des organes et des méridiens
- Savoir trouver les zones de déséquilibre énergétique et les traiter en réalisant des pressions en conformité avec la méthode de traitement adaptée.
- Les énergies climatiques et les grands méridiens-Les zones reflexes du dos : Haïkôshin - Les causes de la maladie - Les huit principes
- Adapter les katas au protocole proposé.
- Adaptation et correction des positions du donneur par rapport aux techniques

CALENDRIER NIVEAU 2

BLOC 2

Du 20/09/2 au 14/06/26 -133h

20/21 septembre 25

11/12 Octobre 25

15/16 novembre 25

17/18 janvier 26

14/15 février 26

13/14/15 mars 26

18/19 avril 26

16/17 mai 26

13/14 juin 26

Evaluation annuelle des acquis: Evaluation d'une mise en situation - Réaliser une séance de shiatsu adaptée en relation avec le bilan - Traitement à l'aide de pressions et d'autres techniques (pression rotation des paumes, étirements...)

Délivrance de l'attestation Niveau 2

Demander le programme détaillé au Centre de Formation

Objectifs

Réaliser une séance de Shiatsu.

Réaliser un bilan de fin de séance de shiatsu (2e partie).

Dispenser des conseils au receveur à la fin de la séance de shiatsu.

Assurer un suivi personnalisé de la clientèle dans le cadre d'une intervention en Shiatsu.

Programme

- Savoir trouver et traiter les points de tension et les zones de déséquilibres énergétiques en réalisant des pressions et la méthode de traitement adaptée
- Les points Shu antiques ou points de saison.
- Savoir maintenir l'homéostasie du corps par les katas effectués.
- Traitement du refroidissement du Poumon : Le vent froid attaque Poumon
- Les pouls radiaux - Le Shô – Exercice pratique des pouls.
- Préparation à l'examen complet BLOC 1 BLOC 2 - Les modalités - Consignes, accueil du receveur.
- Traitement de l'insomnie - Bilan énergétique général de la palpation.
- Harmoniser le receveur physiquement, émotionnellement et psychiquement.
- Entraînement à l'examen pratique des méridiens -Bilan et traitement par les points MU.
- Traitement de la fatigue - L'observation.
- Recueillir le ressenti du client et être à son écoute - Prendre en compte les interrogations du client
- Observation et traitements des déséquilibres du Cœur : Perturbation émotionnelle - Anxiété – Irritabilité- Agitation - Shiatsu pour réguler le feu du Cœur et des émotions : Protocole des SHEN
- Entraînement à la pratique des points principaux dans le traitement des pathologies les plus courantes pouvant apparaître dans le tableau du praticien
- Dispenser des conseils sur l'hygiène de vie en accord avec les préconisations gouvernementales
- Assurer le suivi du client : Elaborer un fiche d'observation

CALENDRIER NIVEAU 3

BLOC 2

Du 27/09/25 au 28/06/26 -189h

27/28 septembre 25

18/19 Octobre 25

21/22/23 novembre 25

13/14 décembre 25

23/24/25 janvier 26

21/22 février 26

20/21/22 mars 26

24/25/26 avril 26

24/25 mai 26

19/20/21 juin 26

27/28 juin 26

Passage de l'examen BLOC 1/ bloc2.

L'examen de passage des BLOC 1 et BLOC 2 se passeront en même temps en vue de l'obtention de l'Attestation Aptitude Professionnelle en Shiatsu, et est organisé par l'OF à la fin des 462h de formation - Demander le programme détaillé de l'Ecole

Remise du certificat de réalisation de formation à la fin de la formation

27/28 juin 2026 : Passage de l'examen BLOC 1/BLOC 2

Les dates et modalités peuvent être amenées à évoluer pour des raisons pédagogiques ou réglementaires.

Pour le déroulement et les modalités d'évaluation des examens professionnels en Shiatsu BLOC 1 et BLOC 2, demander le programme détaillé de l'école.

Prérequis pour l'examen :

- Être majeur le jour de l'examen.
- PSC1 de moins de 3 ans.
- Livret de l'Apprenant à jour.
- Attestation d'anatomie-physiologie ou dispense.
- Casier judiciaire (bulletin n°3) récent.
- 6 séances de Shiatsu reçues.
- Module 1 du BLOC 3 complété.

Modalités d'examen: Demander le programme détaillé de l'école.

Convocation : Envoi 4 semaines avant l'examen, avec la demande des documents nécessaires.

Jury d'examen : Composé d'un receveur et d'un observateur.

Certificat de formation : Remis à l'apprenant à la fin de la formation

Attestation d'Aptitude Professionnel en Shiatsu: Envoyée après validation des deux blocs.

MESURES D'ACCOMPAGNEMENT mises en place pour prévenir les décrochages et rattraper les absences ou les abandons.

Modalités d'accompagnement

- **Cours de rattrapage** : Des cours supplémentaires sont disponibles en cas de difficulté ou d'absences.
- **Accompagnement en visioconférence** : Un suivi individualisé peut être proposé via des visioconférences, ainsi que des études de cas pour une progression pédagogique.