



**FORMATION / CONSEIL  
THALATHERM**

## SHIATSU

### Origines

Originnaire du Japon et inspirée de la médecine traditionnelle chinoise, technique de pression des doigts le long de méridiens d'acupuncture.

### Objectifs

- ♦ Débloquer l'énergie du mental et des zones corporelles contractées apporter vitalité et dynamisme
- se pratique au sol sur l'ensemble du corps
- apporte vitalité et dynamisme
- applique les bases de la Médecine Traditionnelle Chinoise - le Yin et le Yang - les 5 éléments - les méridiens
- se fait par des enchaînements de pressions et d'étirements

### Contenu

- Définition - Historique - Objectifs
- Notions de médecine traditionnelle chinoise - Yin et le Yang - Théorie des 5 éléments - Les Méridiens
- Principes particuliers au Shiatsu
- Description et mise en pratique des techniques de base



**F.C.T. - Villa Coulet - Av. des Thermes - 04800 GREOUX LES BAINS**

SARL au Capital de 30 000 € - Siret : 420 610 792 00012 - APE 804 C - Déclaration d'Existence : 93040042304 – RCS Digne  
Tel. 04.92.77.66.36 - Fax. 04.92.77.69.28 - [www.formation-thalatherm.com](http://www.formation-thalatherm.com) - E-mail : [infos@formation-thalatherm.com](mailto:infos@formation-thalatherm.com)