



**Ecole de Shiatsu Traditionnel  
Montpellier - Méditerranée**

## **L'ÉCOLE DE SHIATSU TRADITIONNEL MONTPELLIER-MÉDITERRANÉE**

**L'ENSEIGNEMENT DIFFUSÉ AU SEIN DE L'ÉCOLE DE SHIATSU TRADITIONNEL DE MONTPELLIER S'APPUIT SUR LES PROGRAMMES DE L'ÉCOLE (EST) DE BERNARD BOUHERET. IL RÉUNIT THÉORIE MÉDICALE ET APPLICATIONS PRATIQUES, CULTURE ET PHILOSOPHIE, MATIÈRES QUI SONT ENSEIGNÉES PAR CYCLES COMPLETS D'UNE ANNÉE, ET CE SUR UNE DURÉE DE 4 ANS.**

Cet enseignement a été élaboré par Bernard Bouheret, kinésithérapeute D.E., certifié de l'Ecole de Koho Shiatsu où il a reçu sous l'autorité de maître Ryuho Okuyama, fondateur de l'Ecole de la Huitième Lumière (Hakko Ryu), le diplôme de Shiatsu thérapeutique lui permettant ainsi de transmettre cette discipline manuelle japonaise reconnue depuis 1955 par le gouvernement japonais. (Depuis 1997 le Shiatsu fait partie des 8 médecines alternatives complémentaires reconnues digne d'intérêt par le Parlement Européen).

La pratique « Sei Shiatsu Dô », la voie du Shiatsu sincère, est l'appellation sous laquelle se retrouvent les praticiens de l'école.

L'E.S.T de Montpellier a comme vocation de former des praticiens complets, solides dans leur corps, instruits des lois théoriques, mais aussi éveillés à la sensibilité du soin manuel énergétique au travers de la sincérité de l'écoute et de l'art du toucher.

L'Ecole peut aussi éclairer toute personne voulant pratiquer sur ses proches et désireuse de s'initier à l'art et à la voie du Shiatsu familial.

L'E.S.T de Montpellier est affiliée à l'Union Francophone des Professionnels de Shiatsu Thérapeutique (UFPST). Elle instruit, guide et conseille tout étudiant voulant se présenter au certificat de praticien (fin de 4e année).

L'E.S.T forme régulièrement des professionnels de la santé : kinésithérapeutes, infirmières, médecins, psychomotriciens, orthophonistes, podologues, aides-soignants, éducateurs spécialisés..., mais aussi bon nombre d'artistes : danseurs, comédiens, chanteurs et interprètes voulant enrichir leur art ou se reconverter dans le soin manuel.

L'Ecole, au travers de son art médical, entretient bien évidemment d'étroites relations avec les professeurs et pratiquants d'arts martiaux, tant le Japon et sa tradition nous relie tous ensemble.

L'E.S.T Paris a déjà formé des personnes ayant une déficience visuelle provenant de l'Institut Valentin Haüy, et a su s'adapter et procéder aux ajustements nécessaires pour la bonne intégration de l'enseignement. Tous les cours peuvent être enregistrés pour une meilleure diffusion des données théoriques. Les personnes mal voyantes ou non voyantes peuvent se voir attribuer, si nécessaire, un assistant personnel.

L'Ecole de Montpellier assure également un enseignement d'anatomie et de physiologie pour parfaire la formation de ses étudiants. Elle s'est attaché le service de spécialistes en la matière : une professeure agrégée enseigne la physiologie, une kinésithérapeute ostéopathe enseigne l'anatomie.

Un cursus d'anatomie palpatoire sera prochainement créé, afin d'assurer une vraie passerelle entre occident et orient.

## LE MATÉRIEL PEDAGOGIQUE

Grâce à l'appui de l'EST Paris, l'école s'est dotée de tous les moyens modernes de communication afin que l'enseignement soit intégré au mieux.

Il est riche de nombreuses vidéos et d'enregistrements de cours et de conférences.

Trois ouvrages de référence sur le Shiatsu ont été publiés par Bernard Bouheret en 2006, 2009 et 2012 : ils sont un support précieux pour bien assimiler les lois fondamentales de notre art médical. Un Vade Mecum de 108 pathologies est aujourd'hui disponible pour les étudiants et les praticiens afin de les guider vers une pratique sûre et précise.

Tous les cours sont téléchargés via internet et ouverts aux étudiants au travers de « liens de groupe », leur permettant ainsi d'échanger entre eux.

## LES ATELIERS PRATIQUES ET D'ENTRAINEMENT

La force d'une Ecole réside dans la bonne transmission de l'enseignement, mais aussi dans la force des liens qui unissent les étudiants entre eux. Tout est fait pour générer et créer des rapports cordiaux, amicaux et sincères sans lesquels aucun enseignement ne peut infuser durablement au cœur des élèves.

Grâce au soutien de l'Association Internationale de Shiatsu Traditionnel AIST, de nombreux ateliers d'entraînement encadrés sont ouverts plusieurs journées par mois, afin que la pratique du Shiatsu soit riche et régulière.

À Montpellier, les futurs praticiens bénéficient, au-delà des ateliers d'entraînement mensuels, d'**ateliers pratiques destinés au personnel soignant et social de plusieurs institutions : CHU Montpellier, pôle Pédiatrie et pôle maternité**, du Centre d'Hébergement d'Urgence Regain, des 2 CAARUD de Montpellier (centre d'aide et d'accompagnement à la réduction des drogues. À l'image de nos amis parisiens qui ont accès depuis plusieurs années à l'hôpital de la Pitié Salpêtrière, de l'hôpital Cochin, de l'hôpital Necker, de l'hôpital St Antoine, au Ministère de la Recherche..., et peuvent librement s'exercer sur le personnel de ces établissements. **Avec le soutien de l'AIST un atelier réservé aux élèves de 3e année de l'EST Paris est organisé avec l'Association Française des Polyarthritiques (A.F.P). Il leur permet, sous la surveillance d'enseignants-praticiens diplômés, d'accéder à une vraie pratique en vue de bien exercer leur futur métier de praticien.**

L'E.S.T de Paris suivie par l'E.S.T Montpellier ont initié une formation d'enseignants. Ceux-ci assistent les professeurs pendant les cours, de la 1ère à la 4ème année ainsi que les stages tout au long de l'année ; des séminaires spécifiques leur seront proposés plusieurs fois dans l'année.

L'E.S.T Montpellier est en constant partenariat avec l'A.I.S.T (Association Internationale de Shiatsu Traditionnel) qui œuvre de concert avec l'Ecole pour mener à bien sa mission : ateliers, stages, conférences, voyages solidaires qui permettent ainsi l'ouverture du Sei Shiatsu à l'extérieur.

Depuis sa création, L'E.S.T de Montpellier a formé de nombreux praticiens avec lesquels elle entretient des rapports de soutien réciproque et de prospérité mutuelle. Ils sont tous rassemblés au sein de L'A.I.S.T qui est notre lieu d'échanges et de rencontres.

L'E.S.T Montpellier-Méditerranée fait également partie des membres fondateurs de l'U.F.P.S.T (Union Francophone des Professionnels de Shiatsu Thérapeutique), créée en Avril 2012, et dont la vocation est de défendre une formation de qualité et les intérêts des professionnels de shiatsu spécialisé. Bernard Bouheret en assure la présidence. L'UFPST pourrait bientôt faire partie intégrante du CCREAT (Centre de Recherche et d'Étude en Acupuncture Traditionnelle) en y représentant le Shiatsu Spécialisé.

## LE SEÏ SHIATSU DÔ

C'est après 25 ans de pratique intensive en cabinet que Bernard Bouheret donne vie à un nouveau Shiatsu, enrichi de techniques subtiles, retrouvant ainsi les racines Taoïstes. Cette nouvelle orientation est alors nommée « **Sei Shiatsu Dô** », la « voie du Shiatsu sincère », dans lequel l'ouverture du cœur est essentielle.

La base martiale n'est pas oubliée pour autant, mais un nouveau canal énergétique nourrit la pratique.

Le praticien, constamment entre Ciel et Terre, sait qu'il travaille avec une force qui le dépasse. Il sait aussi oublier sa volonté propre pour n'œuvrer qu'avec l'intention juste : "Le souffle est guidé par la pensée, la pensée est guidée par le Cœur."

Le Sei Shiatsu alterne subtilité et profondeur, légèreté et enracinement, rythme, mouvement et silence.

L'approfondissement des lois de la Médecine Traditionnelle Chinoise est un support constant dans ce nouvel élan, et le bilan de santé par la prise des pouls, fleuron de cette médecine, demeure notre outil préféré.

**Bernard BOUHERET Directeur Fondateur de l'EST Paris est kinésithérapeute, praticien et enseignant de Shiatsu thérapeutique.**

Son parcours s'inscrit dans une tradition familiale de « chercheurs d'Orient ».

Dès son plus jeune âge, il pratique les arts martiaux (judô).

En 1977, il rencontre le Shiatsu, parallèlement à ses études de kinésithérapie.

Il approfondit ses connaissances par une formation de Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), puis part au Japon en 1981 dans l'école Hakko de Maître Okuyama où il obtient son diplôme de praticien de Koho Shiatsu et de professeur de Yawara (jujitsu traditionnel).

A son retour, il poursuit la voie martiale au travers du Tai Chi Chuan et du Qi Gong.

Il enseigne le Shiatsu depuis 1987. En 2002, il fonde le Sei Shiatsu Dô qu'il transmet au sein de l'E.S.T. afin de faire partager son expérience et sa sensibilité à tous ceux qui veulent emprunter la voie du « Shiatsu sincère » comme soin manuel énergétique.

Il va entamer en septembre 2021 sa 44ème année de pratique.

# L'ÉCOLE

**L'ÉCOLE DE SHIATSU TRADITIONNEL DE MONTPELLIER-MÉDITERRANÉE EST LE FRUIT DU RAYONNEMENT DE L'E.S.T DE PARIS, DONT BERNARD BOUHERET EST LE DIRECTEUR-FONDATEUR. ELLE SE PROPOSE DE DIFFUSER UN ENSEIGNEMENT TRADITIONNEL, ALLIANCE DE LA CULTURE ET DE LA PHILOSOPHIE ORIENTALES, DE LA THÉORIE MÉDICALE CHINOISE ET DE SES APPLICATIONS PRATIQUES.**

L'enseignement est dispensé par **Martine Cano**, Praticienne diplômée de l'EST Paris et de l'UFPST, Enseignante agréée de l'EST, Vice-Présidente de l'AIST (Association Internationale de Shiatsu Traditionnel), Responsable du pôle ateliers pratiques hospitaliers à l'AIST durant 10 années, membre de l'UFPST (Union Française des Professionnels de Shiatsu Thérapeutique).

## **Martine Cano**

Voilà plusieurs décennies que Martine Cano a rencontré le Shiatsu, porté alors à Montpellier par Bernard Bouheret de retour du Japon. Dès lors un long cheminement a commencé à se faire pour être aujourd'hui sa Voie, éclairée par la lumière du « geste juste ».

C'est à Paris en 2009 enseignée par Bernard Bouheret à l'EST, qu'elle obtient son diplôme de praticienne de shiatsu thérapeutique, suivi de 4 années d'assistantat à ses côtés.

Elle a longtemps encadré des ateliers d'entraînement d'élèves sur Paris et Montpellier, a suivi, (et poursuit !) la formation de professeurs de Sei Shiatsu Dô et de Qi Gong thérapeutique qu'elle pratique depuis 35 ans et enseigne depuis 10 années (voir site).



L'E.S.T a vocation d'éclairer toute personne désireuse de s'initier à cet art manuel, mais aussi de former des praticiens complets.

## LES COURS S'APPUIENT SUR TROIS MATIÈRES :

- **La pratique :**

- Bilan énergétique par la prise des pouls
- L'interrogatoire, l'écoute et l'observation
- Shiatsu : traitement du corps dans sa globalité

- **L'apprentissage des différentes formes de Shiatsu :**

- Shiatsu familial
- Shiatsu spécialisé
- Shiatsu martial
- Shiatsu fluidique
- Shiatsu assis

- **La théorie des grandes lois de l'énergie :** le Tao, le Yin/Yang, les cinq éléments de la Terre, les six qualités du Ciel, les méridiens principaux, le psychisme...

. **Le Qi Gong :** exercices destinés à ouvrir les canaux d'énergie et à éveiller le corps du praticien au ressenti de la circulation interne.

## INFORMATIONS PRATIQUES

### L'ENSEIGNEMENT EST DISPENSÉ PAR **MARTINE CANO** ET SON ÉQUIPE D'ASSISTANTS.

Il se déroule sur 3 ans à raison de 100 heures annuelles. La 4ème année, **le Shiatsu Spécialisé, est enseignée par Bernard Bouheret**, directeur fondateur de l'E.S.T Paris.

- Le week-end : le samedi de 15h00 à 20h00 et le dimanche de 9h30 à 14h30 (6 week-ends par an + stage de 3 jours fin juin + 4 ateliers d'entraînement AIST obligatoires).

Des journées ponctuelles sont régulièrement proposées pour compléter la formation. Les cours d'anatomie-physiologie (64 heures) sont obligatoires à partir de la 2e année. Il est fortement conseillé de les débiter dès la première année. Ils sont dispensés sur Montpellier par les enseignants de l'école.

Depuis 2011, grâce à des conventions signées par l'Ecole de Paris, des ateliers rémunérés sont proposés aux nouveaux praticiens diplômés de l'EST. Une stratégie se développe auprès de grandes entreprises (Decaux Lyon, Théâtre de la Ville, Air France, Thalès, Dassault, Vuitton...) afin de générer de l'activité dès la sortie de l'école. Voir le site : [www.eqst.org](http://www.eqst.org)

## TARIFS :

- Les frais de scolarité pour les 3 années sont de 1300€ par an auxquels il faut ajouter 30€ d'adhésion à l'Association Internationale de Shiatsu (AIST).
- Un partenariat historique avec l'EST Paris, permet de poursuivre la 4ème année, en shiatsu spécialisé, avec Bernard Bouheret à l'EST Paris.

Le coût de l'anatomie-physiologie est de 700 €, soit 350€ par matière

- Des formations internes pour des personnes déjà formées au Shiatsu peuvent s'effectuer sur un cursus plus dense, le prix de la formation est alors étudié cas par cas.
- Les frais de scolarité sont à régler lors de l'inscription. Des facilités de paiement sont proposées ; elles ne dispensent néanmoins personne d'un engagement à l'année.

## LIEUX DE COURS ET ATELIERS D'ENTRAINEMENT AIST :

- Les cours de 1<sup>ère</sup>, 2<sup>e</sup> et 3<sup>ème</sup> année et les ateliers d'entraînement A.I.S.T ont lieu :

**Salle Kiné-Gym, 14, bis Rue St Louis- Les Arceaux - 34000 Montpellier  
(Tram ligne 3, arrêt Plan Cabanes)**

- Les cours d'Anatomie et de Physiologie ont lieu :

**21, Chemin de Tissons 34170 Castelnau le Lez. Tram ligne 2, arrêt La Galine (15mn gare SnCF), proche sortie autoroute A9**

- Possibilités d'hébergement sur place pour les élèves venant de loin.



# CALENDRIER 2021/2022

– 1<sup>ère</sup> année WEEK-END (samedi après-midi de 15h à 20h et le dimanche matin de 9h30 à 14h30)

– 2/3 octobre – 6/7 novembre – 4/5 décembre – 8/9 janvier 2022 – 5/6 février – 5/6 mars  
– STAGE RÉSIDENTIEL À SÈTE avec Bernard BOUHERET les 24,25 et 26 juin 2022. –  
Examen de fin de 1<sup>ère</sup> année le dimanche 5 juin 2022 de 9h30 à 14h.

– 2<sup>ème</sup> année WEEK-END (samedi après-midi de 15h à 20h et le dimanche matin de 9h30 à 14h30)

– 11/12 septembre – 16/17 octobre – 20/21 novembre – 22/23 janvier 2022 – 19/20 février –  
19/20 mars  
– STAGE RÉSIDENTIEL À SÈTE avec Bernard BOUHERET les 24,25 et 26 juin 2022-  
Examen écrit Médecine Chinoise de fin de 2<sup>e</sup> année au premier cours de 3<sup>ème</sup> année.

– 3<sup>ème</sup> année WEEK-END (samedi après-midi de 15h à 20h et le dimanche matin de 9h30 à 14h30)

– 25/26 septembre- 30/ 31 octobre – 27/28 novembre – 29/30 janvier 2022 – 26/27 février –  
9/10 avril  
– STAGE RÉSIDENTIEL à BUTHIERS avec Bernard BOUHERET les 25, 26 et 27 mars 2022  
Examen de fin de 3<sup>ème</sup> année (pratique + écrit Médecine Chinoise) le samedi 3  
septembre 2022 (horaire à confirmer).

– ANATOMIE : Le samedi de 15h00 à 19h00

– 13 novembre – 11 décembre – 15 janvier 2022 – 12 février – 12 mars – 16 avril – 30 avril –  
14 mai  
Examen d'anatomie le 14 mai 2022.

– PHYSIOLOGIE : Le samedi de 15h00 à 19h00

– 6 novembre – 4 décembre – 8 janvier 2022 – 5 février – 5 mars – 26 mars – 9 avril- 7 mai.  
Examen de physiologie le 7 mai 2022.

**ATELIERS d'entraînement AIST encadrés : 1 dimanche par mois de 10h à 18h, et deux  
mercredis après-midi par mois de 15h à 19h (pour les mercredis dates à venir), concerne  
les élèves de tous niveaux**

– 5 septembre – 10 octobre – 14 novembre – 12 décembre – 16 janvier 2022 – 13 février –  
13 mars – 17 avril – 8 mai et le 5 juin 2022.  
Atelier de rentrée le 4 septembre 2022

**ATELIERS d'Application Pratique AIST pour le personnel soignant (à partir de la 2<sup>ème</sup>  
année)**

- 1) Au Centre d'Hébergement d'Urgence Regain, 2 mercredis par mois
- 2) Au Service Pédiatrie du CHU de Montpellier, 2 jeudis par mois, et au service Maternité  
du CHU, 1 jeudi par mois
- 3) Au Centre d'Accueil et d'Accompagnement pour la Réduction des Usages de Drogues  
(CAARUD-Femmes), 1 mardi par mois.
- 4) Au Centre d'Accueil et d'Accompagnement pour la Réduction des Usages de Drogues  
(CAARUD-Hommes), 1 vendredi par mois.
- 5) Au Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA)  
« Entracte », 1 mardi par mois





**Ecole de Shiatsu Traditionnel  
Montpellier - Méditerranée**

12, Rue des Jacinthes 34170 - Castelnau le Lez- Tel : 06 43 84 72 46  
martine.cano@gmail.com - [www.shiatsu-est.org](http://www.shiatsu-est.org) / [www.shiatsu-montpellier.fr](http://www.shiatsu-montpellier.fr)  
Centre de formation agréé - Ecole affiliée à l'U.F.P.S.T

## **ATELIERS PORTES OUVERTES**

**LES DIMANCHES 6 JUIN 2021 DE 14H00 A 18H00, ET LE DIMANCHE 5 SEPTEMBRE 2021 DE 10H00 A 18H00 À LA SALLE KINÉ-GYM 14, BIS RUE ST LOUIS - LES ARCEAUX- MONTPELLIER (1)**

**VOUS NE CONNAISSEZ PAS LE SEÏ SHIATSU, VOUS SOUHAITEZ LE DÉCOUVRIR, SOYEZ LES BIENVENUS À L'ATELIER DE PRÉSENTATION DE L'ECOLE DE SHIATSU TRADITIONNEL DE MONTPELLIER-MÉDITERRANÉE**

**Cet atelier permet de prendre contact avec le Sei Shiatsu :**

- Observer des élèves praticiens en activité
- Recevoir quelques manœuvres du Sei Shiatsu
- Échanger avec Martine Cano, et l'équipe d'assistants.

Ceux qui le souhaitent pourront s'initier gracieusement aux premières manœuvres du protocole de Sei Shiatsu familial.

**Le Qi Gong** étant une pratique régulière au sein de l'E.S.T, vous êtes invités à participer à un cours animé par Martine Cano de 9h30 à 10h30 tous les mercredi (1). Cela vous permettra de percevoir la circulation de l'énergie dans votre corps.

(1)Lieu de pratique : Salle Kiné-Gym, 14, bis Rue St Louis- Les Arceaux- Tram ligne3, arrêt Plan Cabanes).

# PROGRAMME

## 1<sup>ère</sup> Année

### PRATIQUE :

- **Shiatsu familial**
- Introduction au **Shiatsu martial** et au **Shiatsu fluidique**
- L'acquisition d'une **gestuelle complète** adaptée à l'ensemble du réseau des méridiens et respectant leur sens ascendant et descendant.
- L'acquisition de **gestes sûrs, souples et profonds** à la fois permettant l'ouverture de ces méridiens.
- L'acquisition **de bonnes postures** s'adaptant aux différentes régions et reliefs du corps.
- L'acquisition d'un **travail rythmé** donnant le **tempo** et s'harmonisant à la circulation de l'énergie dans le corps.
- La connaissance de certains **grands points** qui ponctuent les manœuvres et connectent les organes du corps.

### THEORIE :

- Historique du Shiatsu
- Le Tao / Le Yin/Yang / L'Énergie
- Les 3 Foyers et les 3 trésors
- Les grands méridiens
- L'horloge circadienne
- Les Cinq éléments de la Terre et les six qualités du Ciel
- Préparation au certificat de Shiatsu familial
  - Initiation à l'anatomie

### QI GONG

La pratique de cette première année est très importante car elle pose le canevas du Shiatsu, trame que l'on retrouvera toujours comme support de notre travail. La théorie est légère et consiste en l'apprentissage des grandes lois de la circulation de l'énergie.

### **Les objectifs**

A la fin de cette année, si l'étudiant a travaillé régulièrement, le Shiatsu complet ou familial est acquis. Un examen de certification a lieu durant le dernier cours de l'année.

Ce Shiatsu permet de traiter ses proches et de soulager les tensions accumulées au cours de la journée.

Il est un outil de prévention et de savoir vivre et il est déjà un art de communication par le toucher.

Il fera merveille au sein de la famille et de vos proches!

# PROGRAMME

## 2<sup>ème</sup> Année

### PRATIQUE

- Pratique du « **Shiatsu en cercle** ».
  - Pratique ouverte aux élèves de 2<sup>ème</sup> année dans les **ateliers d'application hospitaliers** et autres institutions sur Montpellier
- Apprentissage du **Shiatsu fluidique**, spécificité du Sei Shiatsu Dô.
- Apprentissage du **Shiatsu martial** et du **Shiatsu assis**
- Apprentissage de **la prise des pouls chinois**.
- **Repérage des grands points** sur le corps (**Shu dorsaux, Mu ventraux, Shu antiques, points clés des Merveilleux Vaisseaux**).

### THEORIE :

- La distribution du Qi
- L'Energie, le sang et les liquides organiques. Les causes des maladies .Théorie de la prise des pouls, examen palpatoire essentiel pour le Shiatsu Traditionnel.
- Apprentissage du calendrier énergétique.
- Les points Shu et les points Mu.
- Théorie des problèmes psychologiques et émotionnels : « Les entités viscérales ».
- Approfondissement de la notion Yin-Yang.
- Apprentissage des grandes intentions énergétiques.
- Les trois Foyers et les énergies correspondantes.
- Initiation à la théorie des points Shu antiques et des points clés des Merveilleux Vaisseaux.
- Initiation à la Physiologie occidentale.

### QI GONG

Cette deuxième année est fondamentale pour l'acquisition du Shiatsu spécialisé. L'apprentissage d'une théorie plus élaborée est nécessaire et, au niveau pratique, d'autres types de Shiatsu viennent compléter le savoir. La pratique palpatoire de la prise du pouls, panacée de la médecine énergétique orientale, est enseignée dès le premier cours.

### **Les objectifs**

A la fin de cette année studieuse, chacun sera à même d'effectuer un Shiatsu de qualité en fonction des saisons.

L'étudiant a assimilé les grandes lois de la circulation et les grands points de l'énergie ; il en connaît les rouages.

Il a parfait sa technique de praticien manuel grâce aux différents styles de Shiatsu et peut déjà répondre à certaines pathologies légères.

Il a acquis des bases d'anatomie et(ou) de physiologie indispensables à sa bonne pratique.

**Un examen d'aptitude théorique sanctionne cette deuxième année.**

# PROGRAMME

## 3<sup>ème</sup> Année

### PRATIQUE

- Pratique du « **Shiatsu des cinq intentions** » en accord avec les cinq mouvements
- Démonstration « in vivo » de la conduite à tenir lors d'une séance de Shiatsu.
- Pratique ouverte à la 3e année dans **ateliers d'application hospitaliers** et plus, ainsi que dans **les dispensaires** de l'EST Paris (Hôpital Cochin, Necker, atelier Polyarthrite Rhumatoïde, BNF, ministères...).
- **Pratique combinée** des différents Shiatsu (martial, fluide, assis).
- Pratique du « **Shiatsu en cercle** »
- **Repérage des grands points des méridiens**

### THEORIE :

- Apprentissage des **douze grandes fonctions du corps** (Foie, Cœur, Poumon...)
- Apprentissage de la fonction des **points principaux** des 12 méridiens et du Du Mai et Ren Mai.
- Apprentissage de certaines **pathologies** et des **stratégies associées** (lombalgies, migraines, asthme, rhumatismes, dépression...).
- Perfectionnement du **bilan de la prise des pouls** (pouls en cinq temps, pouls de l'énergie ancestrale).
- **Les autres temps du diagnostic** ; inspection, interrogatoire, écoute
- Théorie et pathologies des **Merveilleux Vaisseaux**.

### QI GONG

**La troisième année nous fait progresser vers l'acquisition du Shiatsu spécialisé. Elle continue d'explorer la médecine orientale, la pratique gagne alors en science et en conscience.**

### **Les objectifs**

A la fin de cette troisième année, le Shiatsu est stable, les automatismes sont intégrés, la pratique est raisonnée et le bilan de la prise des pouls s'affirme.

**Il faut maintenant beaucoup pratiquer, expérimenter, acquérir de la confiance !**

**L'EST dispense un « certificat de Shiatsu traditionnel » à la fin de cette année (Théorie + pratique)**

## **LES OUVRAGES :**

L'ART ET LA VOIE DU SHIATSU FAMILIAL PAR BERNARD BOUHERET

SHIATSU THÉRAPEUTIQUE ET PLANTES D'AMAZONIE PAR BERNARD BOUHERET

VADE-MECUM DE SHIATSU THÉRAPEUTIQUE PAR BERNARD BOUHERET