

Digitopression - Shiatsu Esthétique Visage et Corps

Public concerné

Professionnels des métiers de l'esthétique, de la beauté et du bien-être en général.
Tout public désirant acquérir cette technique.

Nombre de stagiaires

12 stagiaires par session

Durée

4 jours - un module de 2 jours pour le visage
- un module de 2 jours pour le corps

Objectif pédagogique

Savoir conseiller et pratiquer un shiatsu complet visage et corps à l'issue des formations.
Sachant qu'il est tout à fait possible de n'apprendre et pratiquer que le visage ou le corps.

Moyens pédagogiques

Protocole de la méthodologie sur support de cours pour chaque stagiaire.
Démonstration, explications. Pratique en binôme pour ressenti et mémorisation.

Descriptif :

Shi signifie « pouce » et atsu « pression ». La pression digitale agit sur les domaines musculaires et nerveux et engage une réduction du stress et des tensions.

Technique de remise en forme harmonisante, tonifiante et de relaxation dynamique.

Le shiatsu présente des vertus très intéressantes dans le domaine de l'esthétique.

Il peut être un complément idéal à d'autres techniques, en amincissement ou lors d'un soin visage par exemple.

Cette méthode se pratique de préférence habillé et au sol, dans le respect de la tradition asiatique.

Il est adaptable sur table selon les pratiques esthétiques habituelles.

Théorie	<ul style="list-style-type: none"> • Origines de la technique. • Effets, indications et contre-indications. • Législation
Pratique	<ul style="list-style-type: none"> • Techniques de pressions • Repérage des méridiens • Acquisition des manœuvres de pression sur le corps • Apprentissage des techniques sur le visage • Auto-massage du visage • Adaptation de la méthode à des soins spécifiques en esthétique.