

PROGRAMME OKAMOTO SENSEI
PONT -AVEN
2019

PERFECTIONNEMENT DES FONDAMENTAUX ET NOUVELLES TECHNIQUES

- Parce qu'il est important d'adopter un style de shiatsu peu fatiguant, qui ne prédispose pas au mal de dos même en enchaînant les séances, nous aborderons différentes **précautions techniques et "trucs" pour une pratique sereine du shiatsu** dans la durée.

Pour l'acquisition d'une main capable d'exécuter des pressions puissantes lorsque nécessaire, **correction personnalisée de la main** (l'enseignant rectifie la disposition de vos doigts lorsque vous pratiquez un shiatsu du dos sur votre partenaire d'entraînement), correction vous permettant d'expérimenter sur le champ la réalisation de pressions soutenues sans douleur des doigts.

- **Rééquilibrage des muscles profonds** pour un véritable traitement au-delà de l'effet relaxant. Une des caractéristiques du shiatsu Kuretaku est la mise en œuvre de nombreuses **mobilisations articulaires** qui permettent de stimuler les muscles profonds peu accessibles aux seules pressions digitales.

- **Traitement du ventre (ampuku) et du cou** en pressions et mobilisations, **utilisation des coudes et des genoux, et mobilisations oscillatoires des membres**. Autant d'approches spécifiques que l'on étudiera soigneusement pour une pratique du shiatsu plus efficace et diversifiée.

- **Shiatsu en couché latéral**, très confortable pour tous et indispensable pour les femmes enceintes ou allaitantes, les personnes âgées, les patients hémiplésiques.

- **Utilisation d'aiguilles semi-permanentes non acérées** (qui ne traversent pas la peau, légalement utilisables par les non médecins ; fournies pour l'entraînement lors du stage) pour traiter certaines affections comme **la rhinite ou la conjonctivite dus à une allergie au pollen**, sur lesquelles le traitement shiatsu classique n'aura pas eu d'effet.