



QI JING FORMATIONS

Centre de formation professionnelle en massages et techniques issues de la médecine traditionnelle chinoise

Programme de formation : Initiation au Chi Nei Tsang

Durée : 1,5 jour, soit 10 heures de cours.

Pourquoi cette formation ?

Connaître le fonctionnement du notre corps est fondamental si l'on souhaite rester en bonne santé, mais également si l'on veut améliorer le bien-être d'autres personnes !

En tant que parent ou proche, comprendre est rassurant.

En tant que professionnel, comprendre est important.

Cette première approche vous permettra d'enrichir vos connaissances de base et vous donnera, peut-être, l'envie "d'aller plus loin" !

Public visé

La formation s'adresse aux personnes voulant proposer leurs services dans un cadre personnel ou professionnel.

Conditions pour suivre la formation

Il n'y a aucun pré-requis pour suivre cette formation.

Objectifs de la formation

- Connaitre les organes de l'abdomen (fonction, emplacement, texture, ...)
- Intégrer une première approche du Chi Nei Tsang
- Apprendre les manipulations de base du Chi Nei Tsang
- Apprendre les différentes techniques de travail et d'accueil

Moyens pédagogiques et techniques

Les parties théoriques sont projetées sur écran.

Pratique en binôme sur tapis ou table de massage.

Les manœuvres sont corrigées au fur et à mesure de l'apprentissage.

Documents et supports

Le stagiaire reçoit un support de cours.

PROGRAMME DETAILLE

Déroulement du stage :

- Présentation du formateur et du centre de formation
- Présentation des stagiaires
- Présentation du déroulement du stage
- Cours théorique sur la logistique et l'accueil
- Cours théorique sur l'anatomie de l'abdomen
- Pratique en binôme sur table de massage : repérage des organes et mobilisation
- Présentation du Chi Nei Tsang (historique, principes d'action, lien avec la médecine traditionnelle chinoise, contre-indications, etc.)
- Pratique en binôme sur table de massage : protocole de Chi Nei Tsang

Programme fin de stage :

- Evaluation écrite sur les parties théoriques de l'apprentissage
- Questionnaire de satisfaction sur vos journées de formation
- Débriefing de la journée formation, conseils sur la façon de travailler après la formation pour en profiter au mieux
- Remise des certificats de stage