



医王会

Niveau I

de la formation professionnelle Iokai Shiatsu

BASES DU SHIATSU – KATAS DEBUTANT

2025 – 2026

Puidoux - Sion - Fribourg



Module 3 week-end : Les deux premiers katas du Shiatsu

Module complet 6 week-end : Les quatre katas du Shiatsu à Puidoux

ENSEIGNANTS **Richard Emery¹, Samuel Haettenschwiler, Murielle Marmy¹, Kilian Forclaz²**

Enseignants IOKAI agréés par EISA

¹ Diplôme fédéral de thérapeute complémentaire

² Certificat de branche OrTra TC

PRESENTATION

Le cours Katas Débutant est le premier cours de la formation professionnelle Iokai Shiatsu et constitue également la formation complète Bases du Shiatsu.

Le module de 3 week-end dans les régions périphériques peut se poursuivre à Puidoux par les 3 derniers week-end du cours complet.

Ce cours peut faire office de formation continue pour tous professionnels de la santé.

OBJECTIFS

Effectuer une séance de Shiatsu dans le cadre de son entourage, basée sur les séquences de deux ou quatre katas selon le module choisi.

Exécuter les enchaînements des katas avec une posture, une respiration et des pressions correctes.

Travailler au sol avec aisance.

Ressentir et appliquer ce que signifie "Pratiquer avec le Hara"

Expliquer, utiliser et expérimenter les 3 règles de base du Shiatsu.

Connaître l'historique du Shiatsu et la philosophie spécifique au Iokai.

Énoncer les notions de base de la philosophie, de la médecine traditionnelle orientale et de la Thérapie Complémentaire (TC).

RENSEIGNEMENTS : Secrétariat IOKAI SHIATSU - tél. 024 441 51 58 - secretariat@iokai.ch

CONTENU

Posture - notion de Ki - concentration dans le Hara - les trois règles de base du Shiatsu.
 Do in, Qi gong et Méditation : Développement de ses propres ressources par l'auto-perception, l'alignement intérieur, mouvements dynamiques, étirements et un travail sur la respiration.
 Présentation et historique du shiatsu et du Do In
 Enseignement des notions théoriques sur les grands principes de la philosophie et médecine traditionnelle orientale (Ki, yin-yang, 5 Eléments, loi universelle – bases de la santé), du Shiatsu, de la philosophie spécifique au Iokai et des bases de la Thérapie Complémentaire.

PROCOLES ET SUIVI : PROTOCOLES – DOCUMENTATION

L'apprenant poursuit sa pratique personnelle régulière avec des personnes de son entourage ou d'autres apprenants et remplit les protocoles - documentation après chaque traitement. Ils seront visés par les enseignants à la fin du cours lors de l'examen partiel de Niveau I.
 16 protocoles – documentations Katas seront exigés.

PRE-REQUIS

Être en bonne condition physique
 Avoir un entretien téléphonique avec l'enseignant(e) responsable du cours afin de vérifier que votre emploi du temps et votre condition physique vous permettront de suivre ce cours
 Age minimal : 18 ans

EXIGENCE FORMATION PROFESSIONNELLE

Un diplôme du degré secondaire II est exigé, ou équivalent, selon les directives de l'OrTra TC cf : [Directives relatives aux diplômes du degré secondaire II et aux équivalences](#).
 L'école Iokai fournit ses propres équivalences indépendamment de l'OrTra TC.

DUREE

Module 3 weekend : **36 h**
 Module 6 weekend : **72 h** + Examen partiel théorique **1.5 h**, examen partiel pratique **0.5 h**

PRIX

CHF 900.- Module 3 premiers weekend (Puidoux, Sion, Fribourg)
CHF 925.- Module 3 derniers week-ends si inscription en 2x (Puidoux)
CHF 1'725.- Module complet de 6 weekend
CHF 150.- Par journée pour rattrapage plus d'un an après le cours manqué, complément de formation ou FC
CHF 50.- Frais administratifs pour rattrapage lors de la session suivant le cours manqué

Un règlement échelonné est possible sur demande adressée au secrétariat.

DEMANDE - MATERIEL

Se munir de chaussures d'intérieur, pantoufles ou zoris pour circuler dans le Iokai-Dojo.
 Vêtements amples et confortables (pantalons)
 Couverture et coussin
 De quoi prendre des notes

EXIGENCES POUR PASSAGE AU NIVEAU II

Cours Katas Débutant et Katas Intégration suivis
 16 documentations – protocoles visés. Se référer à la page Protocoles et Suivi
 Examen partiel pratique et théorique Niv. I validé.
 En cas d'absence, l'étudiant contacte un des enseignants pour examen individuel et devra s'acquitter de CHF 100.- auprès de celui-ci.

	SION	FRIBOURG	PUIDOUX	THEMES THEORIQUES
	3 premiers week-end non résidentiels	3 premiers week-end non résidentiels	6 week-end non résidentiels	
Kata decubitus ventral, début Kata decubitus ventral, suite Kata decubitus lateral Kata decubitus dorsal, début Kata decubitus dorsal, suite Kata assis + mobilisations EXAMEN PARTIEL PRATIQUE ET THEORIQUE	20-21 sept. 25 25-26 oct. 25 29-30 nov. 25	27-28 sept. 25 1-2 nov. 25 29-30 nov. 25	4-5 oct. 25 8-9 nov. 25 6-7 déc. 25 17-18 janv. 26 7-8 févr. 26 7-8 mars 26 Samedi 21 mars 26 9h30 à 12h30 13h30 à 15h30	Historique, Iokai, maladie et Do In An Kyo Ki, Yin-Yang 5 éléments et cycle d'engendrement Cycle de contrôle et d'agression Loi universelle, alimentation, Yo-Sei-Do Yin-Yang : reprise et développement
HORAIRE	9h30 à 12h30 13h30 à 16h30 <i>Ouverture du dojo à 9h00</i>	9h30 à 12h30 13h30 à 16h30 <i>Ouverture du dojo à 9h00</i>	9h30 à 12h30 13h30 à 16h30 <i>Ouverture du dojo à 9h00</i>	
LIEU	JUDO CLUB Rte de la Drague 35 1950 Sion www.sionjudo.ch	DOJO DU GUINTZET Av. Jean-Paul II 13 1752 Villars-sur-Glâne www.dojo-guintzet.ch	IOKAI DOJO Rte du Verney 20A 1070 Puidoux-Gare www.iokai.dojo-ch	
INFORMATION Après d'un enseignant	Richard Emery 079 486 96 63	Murielle Marmy 078 751 12 63	Aline Dind Secrétariat 024 441 51 58	

CONDITIONS D'INSCRIPTION

J'ai lu, compris et accepte les conditions suivantes :

- ¹ Paiement de la totalité du montant du cours, respect du règlement en vigueur et décharge l'école de toute responsabilité par rapport à un éventuel problème de santé survenu pendant ou suite à des échanges de pratique entre étudiants durant les cours ou hors des cours.
- ² Votre place n'est réservée qu'à réception du paiement.
- ³ En cas de maladie grave ou d'accident nécessitant l'interruption du cours, un certificat médical sera exigé pour que les heures de cours postérieures au désistement puissent être remboursées hormis CHF 150.- de frais administratifs restant acquis.
- ⁴ En cas de désistement non lié au point ³, survenant moins de 2 semaines avant le début du cours, la totalité du montant du cours reste acquise. Si le désistement survient auparavant, le cours sera remboursé, hormis CHF 150.- de frais administratifs restant acquis.
- ⁵ Il est obligatoire de suivre ce cours en entier lors de cette session. Le 100% des heures du cours est exigé sur la formation : les heures manquantes doivent être rattrapées lors de la session suivante, dans la mesure de nos possibilités et pour autant que ce cours soit toujours enseigné. En cas de force majeure, raison adressée au secrétariat, vous aurez la possibilité de remplacer les cours manqués lors de la session suivante, en vous réinscrivant par le biais du formulaire, moyennant des frais administratifs de **CHF 50.-**. Dans le cas d'un rattrapage plus d'1 an après le cours manqué, les cours sont dus entièrement.
Notez que l'accès au **Niv. II Méridiens Débutant** ne sera possible qu'en ayant effectué **60h sur 72h** de cours.
- ⁶ Au cas où vous envisageriez la formation professionnelle, le corps enseignant se réserve le droit, en tout temps, de vous faire savoir que la formation Iokai n'est pas faite pour vous et que vous n'êtes pas destiné à devenir un thérapeute selon les critères de l'école.
- ⁷ Les mesures sanitaires de la Confédération en cas de pandémie seront appliquées et ne feront pas l'objet de remboursement si vous faites le choix de ne pas les suivre. Si le cours devait être annulé en raison des mesures sanitaires, celui-ci ne sera pas remboursé, mais remplacé ultérieurement.
- ⁸ Les mails des participants seront laissés visibles pour faciliter le covoiturage ou / et les échanges de pratique. Les participants s'engagent à n'utiliser ces mails que dans ce but. Merci d'en informer le secrétariat si vous y êtes opposés.

AU SUJET DU SHIATSU ET DU IOKAI SHIATSU

Le Shiatsu est un «art» au sens des arts martiaux ou des arts traditionnels, qui se distingue d'une simple technique par l'attitude intérieure du praticien.

Il s'agit d'une technique manuelle très populaire au Japon, il se pratique traditionnellement au sol à travers les vêtements et consiste à exercer des pressions des doigts, des paumes, et parfois des coudes ou des genoux sur des zones précises du corps, en laissant agir la force de gravité.

Le Shiatsu est une méthode reconnue de la Thérapie Complémentaire qui agit sur le corps, l'âme et l'esprit et place le rétablissement global de l'être humain au cœur de la démarche. Le traitement de Shiatsu est centré sur le processus et l'entretien thérapeutique : il engendre des changements salutaires et durables. Il permet à la personne d'identifier ses ressources, de les fortifier et d'intégrer l'expérience du traitement au quotidien.

Le Shiatsu mobilise et favorise la circulation harmonieuse du "Ki", que l'on peut traduire par "force vitale", "énergie" ou "souffle" animant chaque être.

Le Iokai suit la voie tracée par maître S. Masunaga qui a replacé le shiatsu dans l'ensemble des pratiques qui constituent la médecine orientale traditionnelle et dont l'enseignement a influencé toutes les écoles de shiatsu, au Japon comme en Occident.

L'enseignement Iokai est unique en Suisse, dans le sens où une partie des cours est enseignée par maître Kazunori Sasaki qui fut, pendant des années, le disciple et l'assistant de maître S. Masunaga. De plus, maître Sasaki forme personnellement les enseignants Iokai.

Le Iokai a développé le SHIATSU DES MERIDIENS, c'est-à-dire une approche profonde et globale qui joint, au développement d'un toucher subtil, la connaissance des fondements théoriques de la médecine traditionnelle orientale.

L'idéogramme "IO" s'inspire d'un ancien texte issu des Agama-Sûtra. Il signifie "roi" ou "bouddha de la médecine" : celui qui connaît les lois de la nature, celui qui connaît la maladie, qui en comprend les causes et qui sait appliquer le traitement approprié et faire en sorte que la maladie ne revienne pas. Tout en étant conscient que le chemin vers ce but est extrêmement long, maître S. Masunaga a fondé le Iokai Shiatsu avec cet idéal. L'idéogramme "KAI" évoque la notion de "groupe d'étude".

Atteindre ce niveau, c'est atteindre la Sagesse, en ce sens le Shiatsu est une voie de connaissance qui peut engager toute une vie...