

ECOLE DE shiatsu traditionnel



Marie-Joëlle Rose

Praticienne enseignante certifiée FFST

Certifiée spécialiste en Shiatsu (SPS)

Adhérente Shiatsu france



SHIATSU
FRANCE

Ecole de
Shiatsu Traditionnel
de la Drôme

formations
séances individuelles
ateliers

2026 — 2027



FEDERATION SHIATSU
FRANCAISE
ST
TRADITIONNEL

« Tu ne peux pas voyager sur un chemin sans être toi-même le chemin » **Bouddha.** . . .

Le shiatsu est un chemin, un Do selon la terminologie orientale ,un chemin vers soi même et vers les autres.

Marie-Joëlle Rose, praticienne certifiée et enseignante agréée par la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel, membre du SPS (Syndicat professionnel en shiatsu), vous propose de découvrir cet art thérapeutique manuel millénaire dans le cadre de la formation qu'elle anime.

Dès son plus jeune âge elle se passionne pour l'orient, principalement le Japon et la Chine .Leur philosophie, leur regard sur le monde et sur l'humain résonnent profondément en elle. Parallèlement à ses études universitaires d'anglais à la Sorbonne, elle étudie le japonais à l'Institut des Langues et Civilisations Orientales. En 1972 elle rencontre l'acupuncture via des soins qu'elle reçoit .Une étape déterminante qui la conduira à s'immerger dans des ouvrages de médecine chinoise puis vers le shiatsu qu'elle découvre plus tard dans le cadre d'un atelier animé par Maître Tsugo Kagotani à Paris.

Au début des années 80 elle effectue deux séjours de deux mois au Japon .A l'issue de ceux-ci elle décide de partir y étudier le shiatsu .Durant trois années elle se consacrera à l'étude de cet art auprès de maîtres dont l'un deux, Maître Suzuki fut le disciple de Maître Masunaga. Elle approfondira ses connaissances de la culture japonaise qui sous tend le shiatsu ;

A son retour en France, elle poursuit l'étude auprès de Maître Sasaki puis de Maître Hiroaki Izumo .Ce dernier l'initiera également au Sotai, méthode visant à relâcher les chaînes musculaires et ainsi de récupérer sa structure corporelle.

Elle retourne plusieurs fois au Japon afin de poursuivre son chemin et de se perfectionner.

Durant ces années elle pratique assidûment



l'aïkido, le yoga, le Tai chichuan .

En 2003 elle crée l'Ecole de Shiatsu Traditionnel de la Drôme qui a pour vocation de former de futurs praticiens.

Elle effectue quatre missions humanitaires entre 2009 et 2011 au Congo Brazzaville dans le cadre de l'association Solidarité Homéopathie ou elle forme des aveugles.

Afin de mieux comprendre l'humain, elle suit une formation en psychologie et psychopathologie à Paris à « Savoir Psy ».

Elle pratique en cabinet à Valence ' 16 rue de Mulhouse) et à Paris (domicile).

En décembre 2014, elle publie un ouvrage : « Le chemin des érables. Shiatsu et Sôtai ».

Elle poursuit encore et toujours son étude et sa recherche sans relâche.

Férue d'écriture, elle se forme à l'animation d'ateliers d'écriture (Lyon - 2013-2014).

En septembre 2018, obtention d'un Diplôme Universitaire (DU) à la Faculté de médecine de Montpellier « L'humain face aux neurosciences »

Essai (en auto-édition)

Des mots à fleur de peau :

De la main à la parole

De la main à l'écrit

Septembre 2020

Mars 2022 : « Le quai », fiction

Takal (fiction) Novembre 2024

Sumimasen (un regard sur la société Japonaise)

Février 2025

Elle poursuit l'étude du japonais intimement relié à l'art du Shiatsu s'inscrivant dans la culture du japon.

Du shiatsu

Le shiatsu est un art thérapeutique manuel énergétique japonais (shi=doigt, atsu=pression) issu des grandes traditions de massage extrêmes orientales et reposant sur les principes fondamentaux de la médecine traditionnelle chinoise (méridiens et circulation des énergies).

Le shiatsu puise également ses fondements dans les connaissances millénaires de la philosophie Taoïste.

Le shiatsu s'effectue par des pressions administrées par les doigts dont le pouce, les paumes, les coudes le long des méridiens (reliés aux organes) ainsi que sur des points spécifiques (tsubos) favorisant ainsi un meilleur fonctionnement de l'organisme. (systèmes digestif, nerveux, respiratoire, immunitaire).

Notre corps, à l'image d'un piano, d'un violoncelle, aux prises avec émotions et contraintes extérieures, se désaccorde également.

Le « shiatsuki », en naviguant avec ses mains le long des méridiens, en se posant sur certains points clé ou « tsubos », va favoriser la levée des blocages entravant la libre circulation de l'énergie. Grâce à ce « Tétaté » (te=main, até=toucher), s'établit alors un véritable dialogue entre thérapeute et patient d'une part et patient et son intérieur. De là pourra naître une configuration favorable à la résolution de certains problèmes et pourra favoriser le processus d'auto-guérison dont tout un chacun est porteur.

Ainsi, le shiatsu est-il au-delà d'une technique, une Voie ou « Do » d'évolution et de transformation.

Tel un fleuve, l'eau coulera à nouveau dans son lit, sans entraves, fluide et paisible. Le shiatsu, un art, une voie, engageant l'être à accueillir ses voix intérieures, les écouter afin de laisser émerger la voix qui l'amènera sur sa voie.

Le shiatsu est l'une des huit approches alternatives désignée en tant que « médecine

non conventionnelle digne d'intérêt » votée au parlement Européen le 29 mai 1997.

Le shiatsu est désormais reconnu en France comme une profession à part entière.

Le shiatsu ne peut en aucun cas se substituer à un traitement médical. Il est un accompagnement.

Du Sotai

Composé de deux idéogrammes sô= manipuler (une marionnette) et Tai (corps), le Sôtai est une forme de thérapie musculaire dont le but est d'aider le corps à retrouver et maintenir son équilibre grâce à des mouvements simples des extrémités à la colonne vertébrale, la douleur et les maux étant le résultat de manifestations secondaires d'un déséquilibre des muscles et du squelette. Ainsi, le Sôtai créé par le Docteur Hashimoto dans les années 1920 permet la récupération de l'architecture corporelle.

Le Sôtai, transmis par mon maître Hiroaki Izumo à Paris, s'inscrit comme un allié précieux du shiatsu.

Du Seitai (katsugen undo ou mouvement régénérateur)

Le Seitai (corps positionné avec justesse ou mettre le corps dans le meilleur ordre possible)

Le Seitai est un exercice du système involontaire développé au Japon par Haruchika Noguchi et diffusé en Europe par Irano Tsuda. Il vise à exercer le système involontaire des individus et permet au corps de retrouver sa capacité à se rééquilibrer lui-même. La pratique du Seitai favorise donc un relâchement musculaire et nerveux, nécessaire pour la pratique du shiatsu.

Marie-Joëlle Rose a été initiée au Seitai par son maître d'aïkido dans les années 80 et le pratique régulièrement.

FÉDÉRATION SHIATSU FRANÇAISE
FFST
TRADITIONNEL

L'école de Shiatsu traditionnel

A pour vocation de promouvoir le Shiatsu dans le respect de la tradition.

Elle dispense son enseignement au cours de journées mensuelles (Dimanche) de Septembre à Juin.

Elle est certifiée de la Fédération Française de Shiatsu Traditionnel et du SPS (Syndicat Professionnel de Shiatsu), et membre de l'AIST (Association Internationale de Shiatsu Traditionnel) et de France Shiatsu

La formation

La formation complète se déroule sur trois ou quatre années, chaque année faisant l'objet d'un programme théorique et pratique.

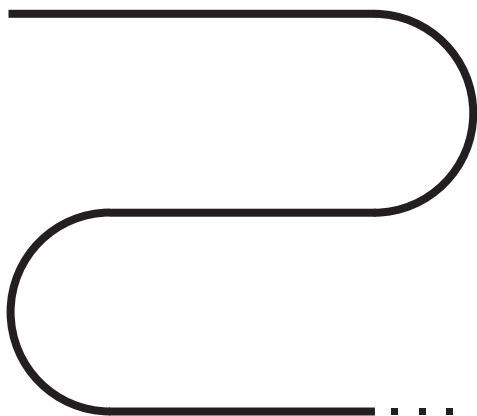
L'engagement aux cours étant renouvelable chaque année, chacun peut entreprendre un apprentissage à la mesure de ses besoins (1 ou 2 ans).

Le niveau 1 s'adresse à toute personne intéressée par le shiatsu dit « familial » et ou toute personne travaillant dans le domaine de la santé.

Dans le cadre d'un professionnalisme (perfectionnement et étude du shiatsu dans sa dimension thérapeutique), 4 ans sont nécessaires (500 h).

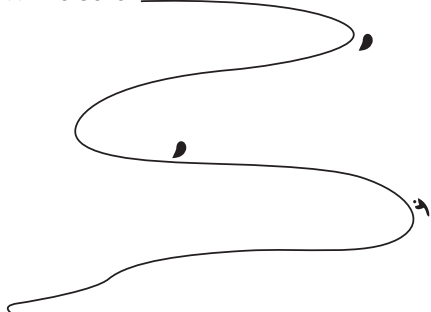
A l'issue de 2 années (250 h) un certificat vous sera délivré vous permettant de pratiquer dans un cadre de « bien-être » (détente).

Les notions d'anatomie et de physiologie sont intégrées dans les journées de formation (lien entre organes et méridiens/et dysfonctionnements) via exposés.



1^{re} année // niveau 1

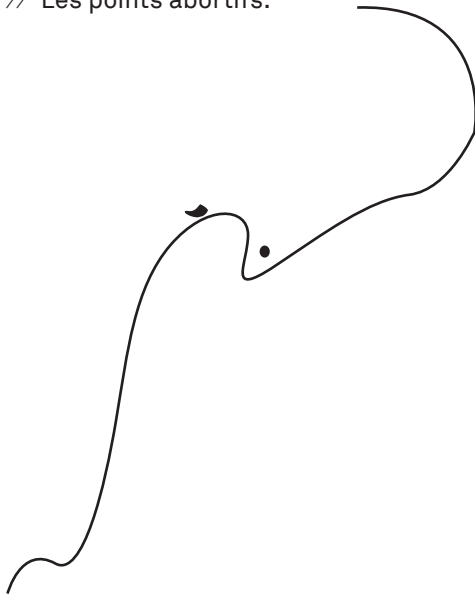
- // Approche du toucher en shiatsu
- // Travail sur la posture
- // Apprentissage des techniques de base du shiatsu : positions (assise, allongée, dos, ventre, côté)
- // Etude des douze méridiens principaux et des deux merveilleux vaisseaux (Ren Mai et Du mai)
- // Les points Bo , les points shu dorsaux, les points source et les points abortifs.
- // Introduction aux principes fondamentaux de la philosophie orientale (le yin et le yang, le Tao, le Ki, la théorie des Cinq éléments, la relation entre organes et émotions.
- // Le système des Trois Foyers
- // L'horloge circadienne
- // Le sôtai



A l'issue de ce cours d'initiation, après un examen théorique et pratique, une attestation d'aptitude 1^{ère} année (assiduité obligatoire tout au long de l'année), celle ci étant nécessaire pour intégrer la 2^{ème} année de formation. Il est indispensable de suivre un cursus en anatomie parallèlement (par correspondance) ainsi qu'une formation aux premiers secours (PSC1) et 120 h de travail personnel (hors cours) attestées sur l'honneur sont requises . Il est également demandé de recevoir des séances individuelles dispensées par un praticien FFST. Ceci sera précisé par l'enseignant.

2^e année // niveau 2

- // Approfondissement de l'étude des 12 méridiens principaux et des deux méridiens extraordinaires.
- // Relation entre dysfonctionnements et méridiens.
- // Etude de points essentiels (36 EST, 4GI, 21 VB... et leur indication.
- // Emploi de la loi d'engendrement et de domination.
- // Introduction à la notion de Kyo et Jitsu.
- // Etude des points Shu antiques.
- // Les zones du dos.
- // Développer le ressenti : travail sur Hara (Anpuku) et dos.
- // Les Shen ou esprits viscéraux.
- // La typologie Yin, Yang , eau, bois feu, feu, terre, métal, eau.
- // Mise en pratique du sôtai
- // Les points abortifs.



A l'issue de ce niveau 2, évaluation permettant d'intégrer le niveau 3

3^e année // niveau 3

- // Les grands méridiens / relation haut / bas
- // Les points des 5 éléments et leur emploi
- // Mise en pratique des lois d'engendrement et de domination
- // Entraînement au bilan énergétique oriental : Ampuku, secteur du dos, les quatre éléments du diagnostic Bo-shin, mon shin, bun shin, setsushin
- // Les shen ou esprits viscéraux
- // Emploi des points bo et shu
- // Identifier kyo et Jitsu
- // Dysfonctionnement les plus courants et propositions de soins (problèmes digestifs, maux de dos, lombalgies, raideur nuque, fatigue, dépression...)
- // Les moxas
- // Relation émotions et méridiens

Les notions vous permettent de suivre une quatrième année

4^e année // niveau 4

- // Travail approfondi sur la dimension du Kyo et Titsu (vide de yin vide de yang, excès de yin / de yang)
- // Psychologie énergétique orientale (impact énergétique de la colère, la tristesse... sur les méridiens)
- // Étude morphologique (eau-bois feu terre, métal) liens avec méridiens associés.
- // Etude des pouls chinois, complément du diagnostic.
- // Etudes de cas à réaliser (pratique sur autrui) et rédaction des 2 cas cliniques (2 receveurs, 6 séances chacun). A présenter rédigés.
- // Recevoir régulièrement des shiatsu (preuves à l'appui)



A l'issue de cette quatrième année un certificat de praticien de l'école vous sera remis après examen interne.

Ecole de
Shiatsu Traditionnel
de la Drôme



« Soyez à vous-mêmes votre propre lumière »

Bouddha

Journées communes (4 niveaux)

Pourquoi ?

Au Japon, débutants et avancés travaillent ensemble (arts martiaux, transmettre à un débutant permet à un avancé de vérifier les acquis et ainsi de progresser.

Au cours de ces journées je transmettrai également aux avancés
Des ateliers seront organisés au cours de l'année pour les avancés (à étudier ensemble)

La connaissance est sans fin et je peux aujourd'hui
découvrir mes erreurs d'hier et demain obtenir une
clarté nouvelle sur ce dont je me crois fermement assuré

Maimonide
XII^{ème} siècle

Lieux et dates de la formation 2026 // 2027

Où ?

Au Bois de l'Utopie

470 chemin des Blanchards - 26120 Chabeuil

Chaque élève doit effectuer 500 heures de formation pour accéder à l'examen de praticien. La formation se déroule en week-ends de septembre à fin juin et de 10h à 18h

LES DIMANCHES de 10h à 18 h (tous les groupes)

dimanche :

13 Septembre	2026
11 Octobre	2026
8 Novembre	2026
6 Décembre	2026
10 Janvier	2027
7 Février	2027
7 Mars	2027
4 Avril	2027
2 Mai	2027
6 Juin	2027
27 Juin	2027

NB : Pour les élèves de niveau 3 des journées ou demi-journées seront organisées au cours de l'année pour les pratiques professionnelles. Dates communiquées par l'enseignante.

Tarifs :

Formation > 1 250 € (niveau 1-2-3)

Niveau 4 = 850 €

• Toute formation entamée est due. **AUCUN REMBOURSEMENT** ne sera effectué sauf pour raisons médicales ou déménagement impromptu dans une autre région ou à l'étranger.

Bulletin d'inscription

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Portable :

@mail :

Je m'inscris à la formation Shiatsu pour l'année 2026//2027 et je joins un chèque d'acompte de 125 euros libellé à l'ordre de Marie-Joëlle Rose qui ne sera encaissé qu'au début de la formation ; le solde peut être réglé en 3 fois - Remise des chèques en début de formation.

Pour toute difficulté financière me contacter. Réduction possible.

Toute formation entamée est due.

Aucun remboursement ne sera effectué.

Bulletin à envoyer à :

Marie-Joëlle ROSE

6, rue Perollerie

26000 VALENCE

Séances individuelles

Marie-Joëlle Rose dispense des séances
de Shiatsu dans plusieurs villes.
Elle se rend également à domicile
pour les personnes ne pouvant se
déplacer.

Où ?

Valence
6, rue Perollerie
Paris (à domicile)

Quelle durée ?

une heure et quinze minutes

Me contacter ?

06 24 26 21 51



Ecole de Shiatsu traditionnel

Enseignante : Marie-Joëlle Rose
mariejorose26@gmail.com

Site : <https://www.shiatsu-drome.fr>

06 24 26 21 51