



École de do-in et de shiatsu de Toshi ICHIKAWA

1, rue Delambre, 75014, Paris

www.toshiatsu.com

toshiatsuecole@gmail.com

Formation de shiatsu professionnelle

Enseignant de shiatsu et de do-in depuis 2003, Toshi ICHIKAWA a créé sa propre école de shiatsu à Paris en 2010 : l'« école de do-in et de shiatsu de Toshi ICHIKAWA ». Cette vocation est née de sa passion, depuis l'adolescence, pour les pratiques énergétiques et du bien-être originaires du Japon (do-in, makô-hô, taisô, seitai, sôtai-hô, tanden kokyu hô, bûtô) et d'autres pays d'Asie (qi gong, tai-chi, yoga...). Son objectif principal ? Faire découvrir le « bien-être à la japonaise » au travers de l'approche fondamentale du shiatsu et du do-in.

L'école est agréée par deux grandes organisations de shiatsu en France : le Syndicat professionnel de shiatsu (SPS) et la Fédération française de shiatsu traditionnel (FFST). La certification auprès de ces deux organisations est possible à la fin du cursus. Ces qualifications étant des atouts pour une future activité professionnelle.

La formation peut être également suivie dans le but d'une application familiale avec la simple motivation de bien-être pour soi et pour son entourage.



École de do-in et de shiatsu de Toshi ICHIKAWA

1, rue Delambre, 75014, Paris - www.toshiatsu.com - toshiatsuecole@gmail.com

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11755597575 auprès du préfet de région d'Ile de France

Syndicat professionnel de shiatsu (SPS)

Le syndicat professionnel de shiatsu (SPS) a obtenu, depuis 2015, l'accréditation pour délivrer le titre professionnel de niveau 3 (bac + 2) : « Spécialiste en shiatsu ». À la différence d'une certification d'école ou de fédération, le titre professionnel est enregistré dans le répertoire national des certifications professionnelles (RNCP) et, de ce fait, est reconnu par l'État.

Ce début de reconnaissance par l'État était très attendu en France depuis longtemps, et c'est une des plus grandes avancées dans le monde du shiatsu en France. L'école de Toshi ICHIKAWA a obtenu l'habilitation du SPS comme « centre de formation » en 2015. La durée minimale de formation requise pour obtenir le certificat professionnel est de trois ans. La formation représente un volume de 900 heures minimum.

La Fédération française de shiatsu traditionnelle (FFST)

Créée en 1988, la Fédération française de shiatsu traditionnelle (FFST) est l'organisation la plus ancienne en France, mais aussi en Europe, affiliée à l'International Shiatsu Network (ISN). La durée minimale de formation est de quatre ans pour l'obtention du certificat de « Praticien en shiatsu », délivré par la FFST.

Toshi ICHIKAWA

Tokyoïte de naissance, Toshi ICHIKAWA s'établit à Paris en 1998. C'est là qu'il deviendra pleinement enseignant de shiatsu et de do-in à partir de 2003. En 2007, il crée l'« école de do-in et de shiatsu de Toshi ICHIKAWA ».

Toshi découvre le shiatsu dès son plus jeune âge dans le cadre familial. Son père, qui souffre régulièrement de douleurs dorsales, lui demande d'effectuer des pressions sur le dos avec ses pieds pour le soulager. Un moment privilégié entre père et fils s'instaure : Toshi découvre alors le bénéfice de cette communication non verbale.

Une fois adulte, il décidera d'approfondir sa connaissance du shiatsu et de se professionnaliser. Il se formera, de 1992 à 2003, au Japon et en France, auprès de trois enseignants, tous dans la lignée du Zen shiatsu de Shizuto MASUNAGA : les professeurs Susumu KIMURA, Danielle IWAHARA-CHEVILLON et Yasutaka HANAMURA (qui a traduit deux livres de S. MASUNAGA en français). Depuis 2003, il enseigne le shiatsu en France et exerce comme professionnel de shiatsu à temps plein, à Paris, dans un cabinet paramédical près de Montparnasse.

Les enseignements que Toshi transmet dans son école sont fondés sur le courant du Zen shiatsu, une forme de shiatsu très répandue dans les pays occidentaux. C'est un style de shiatsu doux, attentionné et comportant beaucoup d'écoute. Il est fondé sur la philosophie asiatique. Si Toshi, dans sa pratique du shiatsu, se fonde sur les origines du Zen shiatsu, il n'hésite cependant pas à intégrer certains éléments des pratiques énergétiques orientales, comme le seitai ou le sôtai japonais, dans les exercices de préparation, pour renforcer l'énergie et la souplesse nécessaires à la bonne conduite d'une séance de shiatsu.

L'apprentissage au sein de l'école

« L'apprentissage de notre école est global et progressif. L'accent est mis, en particulier au début, sur la pratique. La posture, la condition physique, la disponibilité, le ressenti..., sont autant de points essentiels. » Toshi considère aussi que pour devenir un bon professionnel de shiatsu il est nécessaire de développer son sens du toucher. Comme il aime à le rappeler *« la pression exercée par le donneur n'est pas une simple manifestation de force physique, c'est un moyen d'échange non verbal entre deux individus »*. Il est donc nécessaire que le praticien ait pu, au préalable, se recentrer et développer son énergie afin d'être le plus concentré durant la séance. Et cela passe inévitablement par des heures d'entraînement. *« Très rapidement, l'étudiant commence à pratiquer personnellement ; à donner du shiatsu à son entourage. Ce que l'on appelle le "shiatsu familial de bonne qualité" s'acquiert dès le niveau 1. À partir de la 2^e année, nous allons monter les marches, étape après étape, pour être professionnels. »*

Les cours réguliers permettent d'apprendre ou d'approfondir une séquence avant de la mettre en pratique sous la supervision de Toshi et d'autres enseignants. L'élève est tour à tour donneur et receveur, permettant de développer son ressenti et d'améliorer sa pratique. L'école propose également des stages et des ateliers pratiques réguliers afin de permettre aux élèves de se former de manière plus complète.

Le Toshiatsu

Récemment, Toshi ICHIKAWA a donné un nouveau nom à sa propre forme de shiatsu : le « **Toshiatsu** », qui s'enrichit jour après jour de diverses thérapies énergétiques et manuelles. Cette nouvelle approche du shiatsu résulte d'une double démarche : l'une est d'aller puiser aux sources mêmes du shiatsu, dans la tradition du Japon ; l'autre, de poursuivre une recherche intérieure de la sensation du corps et du mouvement physique et énergétique.



KOKORO
(« Esprit », « Cœur », en japonais)

La formation à l'école

La formation, dirigée par Toshi ICHIKAWA, est assurée par lui-même et son équipe pédagogique. La formation professionnelle est organisée sur trois ans (trois niveaux), selon le rythme de l'année scolaire (début d'année : septembre-octobre ; fin d'année : juillet-août de l'année suivante). Les trois niveaux sont construits pour assurer un apprentissage progressif depuis le niveau de débutant jusqu'au niveau de la fin de la formation. Chaque niveau est validé par le passage d'un examen. Sa réussite permet d'accéder au niveau suivant.

Formation professionnelle du Syndicat professionnel de shiatsu (SPS)

L'élève de la formation professionnelle doit réaliser un volume d'au moins 900 heures, décomposées comme suit :

1. Formation en centre de formation : 500 heures minimum.
2. Anatomie et physiologie : 60 heures.
3. 6 séances minimum de shiatsu reçues par des professionnels : 10 heures.
4. 10 études de cas minimum de 3 séances minimum : 90 heures.
5. Un rapport professionnel : 50 heures.
6. PSC1 (premiers secours) : 10 heures.
7. Travail personnel de pratique hors centre de formation : 180 heures minimum.

Ce volume correspond aux exigences du SPS en vue de l'obtention du titre professionnel de « Spécialiste en shiatsu ».

Certification de la Fédération française de shiatsu traditionnel (FFST)

Les personnes souhaitant obtenir la certification de « Praticien en shiatsu » de la FFST devront faire une année supplémentaire (4 ans au total), recevoir 12 séances minimum de shiatsu par des professionnels affiliés à la fédération et écrire un mémoire. Les examens et la certification de la FFST se déroulent hors l'école.

Organisation des cours durant l'année

Cours réguliers (CR). C'est le cœur de la formation, qui comporte 3 niveaux. Pour chaque niveau, les cours réguliers, obligatoires dans le cadre de la formation, constituent 10 journées durant les week-ends (samedi ou dimanche) à raison de 8 heures par cours.

Une autre option (uniquement pour le niveau 1) permet de suivre 27 cours de 3 heures en soirée.

« **Ateliers Espace Pratique** » (AEP). Ces ateliers, **obligatoires dans le cadre de la formation**, combinent do-in, étirements des méridiens et pratique de shiatsu (pratique libre ou sur une thématique définie en fonction des besoins des élèves). Pour chaque niveau, les « Ateliers Espace Pratique » constituent 10 journées durant les week-ends de l'année (dimanche) à raison de 5 heures par cours.

Stages de Formation (SF). Pour chaque niveau, les stages de formation, **obligatoires dans le cadre de la formation**, représentent 40 heures de formation réparties en deux stages dans l'année : 2 jours de stage en hiver ; 4 jours de stage en été.

Anatomie et physiologie. Les cours d'anatomie et de physiologie, **obligatoires dans le cadre de la formation**, ne sont pas dispensés par le centre de formation. Les cours peuvent être suivis par correspondance via un établissement ou un professeur indépendant agréés. Chaque élève gère son inscription de manière indépendante.

PSC1 (premiers secours). La formation aux premiers secours, **obligatoire dans le cadre de la formation**, n'est pas dispensée par le centre de formation. Chaque élève s'inscrit directement auprès d'un organisme habilité.

Stages Ponctuels (SP). L'école organise des stages ponctuels, **facultatifs dans le cadre de la formation**, assurés par les enseignants de l'école ou par des intervenants extérieurs afin de compléter la formation. Ils sont accessibles à tous les niveaux. Les tarifs des stages ponctuels ne sont pas inclus dans le tarif de la formation.

Le nombre d'heures proposé par niveau :

	CR	AEP	SF	TOTAL ANNUEL
Niveau 1 - N1	80	50	40	170
Niveau 2 - N2	80	50	40	170
Niveau 3 - N3	80	50	40	170
Total (N1 +2+3)				510

Certification de fin de la formation de l'école

« La certification de fin de la formation » de l'école est délivrée aux élèves qui ont satisfait aux attentes suivantes :

- Avoir terminé le niveau 3 avec succès.
- 500 heures minimum de participation totale pendant la durée de la formation.
- Avoir terminé les « études de cas » avec la validation de l'école.
- Avoir terminé le « rapport professionnel » avec la validation de l'école.
- Avoir terminé la formation d'anatomie et de physiologie avec succès.
- Avoir reçu 6 séances minimum de shiatsu par des professionnels reconnus par le SPS.
- Avoir réalisé le travail personnel de pratique requis, hors du centre de formation.
- Avoir obtenu le PSC1 (premiers secours).
- Passer l'examen de fin de la formation : examen pratique et soutenance du rapport professionnel.

La réussite à cet examen final permet d'obtenir le titre de « Spécialiste en shiatsu » du SPS.

Les examens et la certification de la Fédération française de shiatsu traditionnel se déroulent en dehors de l'école. Les prérequis diffèrent un peu avec le mémoire en sus, un minimum de 4 ans de formation et avoir reçu 12 séances minimum de shiatsu par un professionnel reconnu par la FFST.

Support de cours

- Documents papier et/ou électroniques.
- Vidéos de pratiques.

L'équipe pédagogique

Toshi ICHIKAWA (directeur de l'école et enseignant), Laurance LARDEUT (co-directrice de l'école et enseignante), Gabriella GUSSO (enseignante), Jacques BOZZI (enseignant assistant).

Intervenant extérieur

André SANSALVADORE (enseignant).

Lieux de formation

Cabinet Delambre (D) : 1, rue Delambre, 75014, Paris (métro : Vavin [ligne 4], Edgar-Quinet ou Raspail [ligne 2], Notre-Dame-des-Champs [ligne 12] ou RER : Port-Royal [7 min à pied, RER B]).
▸ *Cours réguliers*

Dojo des Guilands (G) : 8, rue Gutenberg, Montreuil, 93100, au fond de la cour à droite (métro Robespierre [ligne 9, sortie rue Barbes], bus 318 arrêt Robespierre).
▸ *Ateliers Espace Pratique - AEP*
▸ *Stages de formation (SF)*

Tarifs

Formation 2017-2018 :

– CR + EP 1 an : 1 550 € (cours réguliers [CR] et Ateliers Espaces Pratiques [AEP]).

– Stages de formation (SF) : 300 €.

▸ Soit un total pour l'année de formation 2017-2018 de 1 850 € *

** Dans le cadre d'un financement par une entreprise ou un autre organisme, il convient d'ajouter 25 % au tarif pour la gestion du dossier.*

Les Stages Ponctuels (facultatifs), la cotisation à la FFST, la formation aux premiers secours (PSC1) et la formation d'anatomie et de physiologie ne sont pas inclus dans le tarif ci-dessus.

Les modalités de paiement :

– Paiement en 5 fois (5 règlements de 370 €).

– Paiement en 10 mensualités (10 règlements de 185 €).

Inscription :

L'inscription se réalise en deux étapes :

– Remplir une fiche de demande d'inscription accompagnée d'une lettre de motivation.

– Signature d'un contrat de formation accompagné du premier règlement et mise en place des paiements différés.