

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre et Médecine
Traditionnelle Chinoise



PLANNING DU CURSUS QI GONG 2018-2019-2020

THEORIE MTC & PRATIQUE DU QI GONG

A = Acupuncture ; **T** = Tui Na ; **Q** = Qi Gong ; **R** = Réflexologue ; **S** = Shiatsu

MOIS	JANVIER	FEVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET	AOUT	SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DECEMBRE
ANNEE 2018										Théorie 27-28/10 A, T, Q, R,S	Théorie 24-25/11 A, T, Q, R,S Pratique 03-04/11	Théorie 22-23/12 A, T, Q, R,S
ANNEE 2019	Théorie 19-20/01 A, T, Q, R,S Pratique 26-27/01	Pratique 16-17/02	Pratique 23-24/03	Pratique 13-14/04	Pratique 18-19/05	Pratique 22-23/06	Pratique 20-21/07		Pratique 21-22/09	Pratique 26-27/10	Pratique 23-24/11	
ANNEE 2020	Pratique 04-05/01		09/03 EXAMEN									

Les cours de théorie seront dispensés par Monsieur Gilbert VAYSSE et la pratique sera dispensée par Madame Carine ALLAIN de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h.

Temps de la formation : 32 jours soit 224 heures et 1 jours d'examen soit 7 heures.

Pour les demandeurs d'emplois, une remise de **-10%** sera effectuée sur le devis en financement personnel, un échelonnement de paiement pourra être mis en place.

Centre de Formation A Fleur de Peau www.centre-formation-massage.com

Siège social : A Fleur de Peau, 6 cours de la Liberté 69003 Lyon –

Siret n°502 651 284 00049

N° d'activité de centre de formation : 82 69 1254469

Tel : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre et Médecine
Traditionnelle Chinoise



PROGRAMME DETAILLE DU CURSUS QI GONG

NB: durant les journées, la supervision de chaque stagiaire est permanente, les erreurs sont corrigées au fur et à mesure et autant de fois que nécessaire.

Tronc en commun

Une partie de la théorie sera enseignée en commun afin de créer des liens entre les élèves des différents cursus. La durée de celle-ci dépendra de votre cursus.

COURS DE THEORIE MTC

Week-end 1

DATE: 27, 28 Octobre 2018

I) THEORIE DU YIN-YANG

A) Théorie du yin-yang

- 1 Définition
- 2 Correspondance
- 3 Opposition du yin et du yang
- 4 Croissance et décroissance yin-yang
- 5 Transformation du yin-yang
- 6 Evolution et déduction du yin-yang

B) Application de la théorie du yin-yang

- 1 Explication de la structure organique du corps humain
- 2 Explication des fonctions physiologiques du corps humain
- 3 Explication des modifications pathologiques du corps humain
- 4 Le yin-yang dans la pathologie
- 5 Transformation du yin-yang
- 6 Le yin-yang dans le diagnostic et le traitement des maladies

Week-end 2

DATE : 24, 25 Novembre 2018

II) THEORIE DES CINQ ELEMENTS

- 1 Définition
- 2 Caractéristique et classification des Cinq Eléments
- 3 Loi du mouvement des Cinq Eléments
- 4 Explication des relations réciproques entre les Organes-Entrailles (Zang Fu)
- 5 Orientation dans le diagnostic (dit bilan énergétique en MTC) et le traitement clinique

III) LES TROIS TRESORS

- 1 Définition du SHEN
- 2 Définition du QI
- 3 Définition JING

Week-end 3

DATE : 22, 23 Décembre 2018

IV) LE QI

A) Classification et forme des Qi

- 1 Yuan Qi (originel, qi essentiel)
- 2 Zong Qi (air pur et naturel + qi alimentaire)
- 3 Ying Qi (qi nutritif)
- 4 Wei Qi (qi défensif)

B) Mécanisme de la production du Qi

C) Fonctions du Qi

- 1 Propulsion

Centre de Formation A Fleur de Peau
Siège social : A Fleur de Peau, 6 cours de la
N° d'activité de centre de formation :
Tel : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27



www.centre-formation-massage.com
Liberté 69003 Lyon - Siret n°502 651 284 00049
82 69 1254469

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre et Médecine
Traditionnelle Chinoise



- 2 Réchauffer (thermo régularisation)
- 3 Défense
- 4 Activité d'homéostasie
- 5 Activité du Qi Hua (transformation du qi)
 - D) Les mouvements du Qi : monter, descendre, entrer, sortir

VI) LE SANG

- A) Formation et circulation du sang
- B) Fonctions du sang
- 1 Nutritive et humidification
- 2 Support matériel de l'activité mentale et émotionnelle

VII) LIQUIDES ORGANIQUES JIN YE

- A) Formation et diffusion des liquides organiques
- B) Fonctions des liquides organiques

VIII) RELATION ENTRE JING, QI, SANG ET LIQUIDES ORGANIQUES

Week-end 4 (Théorie du ZANG FU)

DATE : 19, 20 Janvier 2019

I) LES CINQ ORGANES (cinq Zang)

- 1 Le cœur (Xin)
- 2 La rate (Pi)
- 3 Le poumon (Fei)
- 4 Le rein (Shen)
- 5 Le foie (Gan)

II) LES SIX ENTRAILLES (six Fu)

- 1 Intestin Grêle (Xiao Chang)
- 2 Estomac (Wei)
- 3 Gros intestin (Da Chang)
- 4 Vessie (Pang Guang)
- 5 Vésicule biliaire (Dan)
- 6 Triple Réchauffeur (San Jiao)

III) LES SIX ENTRAILLES CURIEUSES

- 1 Cerveau
- 2 Les Moelles
- 3 Les Os
- 4 L'Utérus
- 5 La Vésicule Biliaire
- 6 Les vaisseaux sanguins

IV) RELATION AVEC LES VISCERES

PRATIQUE

Week-end 1 (Pratique)

DATE : 03, 04 Novembre 2019

- 1 Apprentissage de la Marche du Nord
- 2 Les quatre premiers mouvements de l'enchaînement du qi gong des "Ba Duan Jin".

Week-end 2 (Pratique)

DATE : 26, 27 Janvier 2019

- 1 Révision de la Marche du Nord
- 2 Apprentissage de la Marche du Sud
- 3 Les quatre derniers mouvements de l'enchaînement du qi gong des "Ba Duan Jin"

Centre de Formation A Fleur de Peau
Siège social : A Fleur de Peau, 6 cours de la
N° d'activité de centre de formation :
Tel : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27



www.centre-formation-massage.com
Liberté 69003 Lyon - Siret n°502 651 284 00049
82 69 1254469

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre et Médecine
Traditionnelle Chinoise



Week-end 3 (Pratique)

DATE : 16, 17 Février 2019

1 Apprentissage de l'enchaînement Hui Gong n°2

Week-end 4 (Pratique)

DATE : 23, 24 Mars 2019

1 Apprentissage de l'enchaînement de l'Oie Sauvage

Week-end 5 (Pratique)

DATE : 13, 14 Avril 2019

1 Apprentissage de l'enchaînement du Qi Gong de la femme
(Travaille chez les hommes au niveau de la prostate)

Week-end 6 (Pratique)

DATE : 18,19 Mai 2019

1 Révision de la partie pratique apprise lors de la première année

Week-end 7 (Pratique)

DATE : 22, 23 Juin 2019

1 Apprentissage de l'enchaînement La fille de Jade

Week-end 8 (Pratique)

DATE : 20, 21 Juillet 2019

1 Apprentissage du Qi Gong des Reins

Week-end 9 (Pratique)

DATE : 21, 22 Septembre 2019

1 Révision de l'enchaînement de La fille de Jade
2 Révisions du Qi Gong des Reins
3 Apprentissage du Qi Gong des 6 Sons

Week-end 10 (Pratique)

DATE : 26, 27 Octobre 2019

1 Suite de l'apprentissage du Qi Gong des 6 Sons

Week-end 11 (Pratique) :

DATE : 23, 24 Novembre 2019

1 Apprentissage du Tai Ji Qi Gong
2 Révision

Week-end 12 (Pratique) :

DATE : 04, 05 Janvier 2020

1 Révision des différentes pratiques de Qi Gong



A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre et Médecine
Traditionnelle Chinoise



Temps de formation : 32 jours soit 224 heures

Temps d'examen : 1 jours soit 7 heures

Temps total : 33 jours soit 231 heures

EXAMEN

DATE : 09/03/2020

Lors des séances de formations, des photocopies seront parfois distribués aux participants. Pour les parties théoriques, à chaque début de séances, les participants seront interrogés sur les notions vu dans le cours précédents afin de reprendre s'il y a des manques, ou des notions comprises.

Des tables de massage, futons, chaises, tabourets, paperboard, vidéoprojecteur, tatamis, différentes huiles sont mises à disposition.

Le groupe est constitué de 20 personnes maximums lors de la pratique pour faciliter l'échange.

Pour valider le cursus, le participant sera évalué à l'écrit, à l'oral. Il devra aussi présenter une étude de cas qu'il aura réalisé. S'il réussit il se verra attribuer une certification, cependant si il échoue, il bénéficiera d'une attestation de participation à la formation.

