

PLANNING CURSUS QI GONG 2020



ECOLE DE MASSAGE A FLEUR DE PEAU

Lieu des cours : 6 cours de la Liberté
69003 Lyon - Horaires : 9h - 17h

LES TECHNIQUES

● Qi Gong

Janvier 2020		Février 2020		Mars 2020		Avril 2020		Mai 2020		Juin 2020	
M 1		S 1		D 1		M 1		V 1		L 1	
J 2		D 2		L 2		J 2		S 2		M 2	
V 3		L 3		M 3		V 3		D 3		M 3	
S 4		M 4		M 4		S 4		L 4		J 4	
D 5		M 5		J 5		D 5		M 5		V 5	
L 6		J 6		V 6		L 6		M 6		S 6	
M 7		V 7		S 7		M 7		J 7		D 7	
M 8		S 8		D 8		M 8		V 8		L 8	
J 9		D 9		L 9		J 9		S 9		M 9	
V 10		L 10		M 10		V 10		D 10		M 10	
S 11		M 11		M 11		S 11		L 11		J 11	
D 12		M 12		J 12		D 12		M 12		V 12	
L 13		J 13		V 13		L 13		M 13		S 13	
M 14		V 14		S 14		M 14		J 14		D 14	
M 15		S 15	Qi Gong	D 15		M 15		V 15		L 15	
J 16		D 16		L 16		J 16		S 16	Qi Gong	M 16	
V 17		L 17		M 17		V 17		D 17		M 17	
S 18		M 18		M 18		S 18		L 18		J 18	
D 19		M 19		J 19		D 19		M 19		V 19	
L 20		J 20		V 20		L 20	Qi Gong	M 20		S 20	Qi Gong
M 21		V 21		S 21		M 21		J 21		D 21	
M 22		S 22		D 22		M 22		V 22		L 22	
J 23		D 23		L 23		J 23		S 23		M 23	
V 24		L 24		M 24		V 24		D 24		M 24	
S 25		M 25		M 25		S 25		L 25		J 25	
D 26		M 26		J 26		D 26		M 26		V 26	
L 27		J 27		V 27		L 27		M 27		S 27	
M 28		V 28		S 28		M 28		J 28		D 28	
M 29		S 29		D 29		M 29		V 29		L 29	
J 30				L 30		J 30		S 30	Qi Gong	M 30	
V 31				M 31				D 31			

PLANNING CURSUS QI GONG 2020



ECOLE DE MASSAGE A FLEUR DE PEAU

Lieu des cours : 6 cours de la Liberté
69003 Lyon - Horaires : 9h - 17h

LES TECHNIQUES

● Qi Gong

Juillet 2020		Août 2020		Septembre 2020		Octobre 2020		Novembre 2020		Décembre 2020	
M 1		S 1		M 1		J 1		D 1		M 1	
J 2		D 2		M 2		V 2		L 2		M 2	
V 3		L 3		J 3		S 3		M 3	Examen	J 3	
S 4		M 4		V 4		D 4		M 4		V 4	
D 5		M 5		S 5		L 5		J 5		S 5	
L 6		J 6		D 6		M 6		V 6		D 6	
M 7		V 7		L 7		M 7		S 7		L 7	
M 8		S 8		M 8		J 8		D 8		M 8	
J 9		D 9		M 9		V 9		L 9		M 9	
V 10		L 10		J 10		S 10	Qi Gong	M 10		J 10	
S 11		M 11		V 11		D 11		M 11		V 11	
D 12		M 12		S 12		L 12		J 12		S 12	
L 13		J 13		D 13		M 13		V 13		D 13	
M 14		V 14		L 14		M 14		S 14		L 14	
M 15		S 15		M 15		J 15		D 15		M 15	
J 16		D 16		M 16		V 16		L 16		M 16	
V 17		L 17		J 17		S 17		M 17		J 17	
S 18		M 18		V 18		D 18		M 18		V 18	
D 19		M 19		S 19	Qi Gong	L 19		J 19		S 19	
L 20		J 20		D 20		M 20		V 20		D 20	
M 21		V 21		L 21		M 21		S 21		L 21	
M 22		S 22	Qi Gong	M 22		J 22		D 22		M 22	
J 23		D 23		M 23		V 23		L 23		M 23	
V 24		L 24		J 24		S 24		M 24		J 24	
S 25		M 25		V 25		D 25		M 25		V 25	
D 26		M 26		S 26		L 26		J 26		S 26	
L 27		J 27		D 27		M 27		V 27		D 27	
M 28		V 28		L 28		M 28		S 28		L 28	
M 29		S 29		M 29		J 29		D 29		M 29	
J 30		D 30		M 30		V 30		L 30		M 30	
V 31		L 31				S 31				J 31	

Siège social : A Fleur de Peau, 6 cours de la Liberté, 69003 Lyon - Tél. : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27 | Siret n°502 651 284 - N°d'activité de centre de formation 82 69 12544 69 - APE : 8559 A - www.centre-formationmassage.com

* Offre non cumulable avec d'autres promotions, avec les cursus longs de plus de 200h et valable uniquement pour les financements personnels.

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre, Techniques Traditionnelles Chinoises et CAP Esthétique en accéléré



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.

Qi Gong – cours 1

DATE : 15, 16 Février 2020

9/9 séries pour retrouver la jeunesse 1-2-3èmes parties
Dao yin pour dégager le foie et libérer la vésicule biliaire

Qi Gong – cours 2

DATE : 20, 21 Avril 2020

Révision : dao yin pour dégager le foie et libérer la vésicule biliaire
9/9 séries pour retrouver la jeunesse 4-5-6èmes parties

Qi Gong – cours 3

DATE : 16, 17 Mai 2020

Révision : 9/9 séries pour retrouver la jeunesse, forme complète
Dao yin pour apaiser le cœur et réguler la circulation du sang

Qi Gong – cours 4

DATE : 30, 31 mai 2020

Révision : dao yin pour apaiser le cœur et réguler la circulation du sang
Dao yin général pour la santé

Qi Gong – cours 5

DATE : 20, 21 Juin 2020

Révision : dao yin général pour la santé
12 mouvements du dao yin yang sheng gong

Qi Gong – cours 6

DATE : 22, 23 Août 2020

Révision : 12 mouvements du dao yin yang sheng gong
Dao yin pour harmoniser l'estomac et renforcer la rate

Qi Gong – cours 7

DATE : 19, 20 Septembre 2020

Révision : dao yin pour harmoniser l'estomac et renforcer la rate
Dao yin pour tonifier l'énergie et nourrir les poumons

Qi Gong – cours 8

DATE : 10, 11 Octobre 2020

Révision : dao yin pour tonifier l'énergie et nourrir les poumons

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre, Techniques Traditionnelles Chinoises et CAP Esthétique en accéléré



Dao yin pour renforcer l'énergie des reins et préserver le corps

Examen

Date : 03 Novembre 2020

Temps de formation pratique : 16 jours soit 112 heures

Temps d'examen : 1 jour soit 7 heures

Temps total : 17 jours soit 119 heures

Le contenu et le rythme de formation sont susceptibles d'évoluer légèrement en fonction de l'avancement et de la progression de chacun.

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.

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 professionnelle FFP, cependant s'il échoue, il bénéficiera d'une certification professionnelle FFP partielle.

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre, Techniques Traditionnelles Chinoises et CAP Esthétique en accéléré



Organisme de formation : Centre de formation A Fleur De Peau- EURL au capital de 1000€ - siège social : 6 Cours de la Liberté, 69003 Lyon, France - Siret n°502 651 284 000 15 - APE : 8559A - Tel : 04 78 84 24 91 / 06 69 70 27 27 - N° d'activité du centre : 82 69 12544 69 - Email : afleurdepeaulyon@gmail.com

Nature de la formation : Apprentissage de la théorie fondamentale et des techniques de Qi Gong, des gestes, des postures nécessaires à sa bonne pratique. Cette formation est à la fois théorique et pratique et aborde aussi les conseils liés à cette pratique. Celle-ci rentre dans le cadre de l'article L.6313-1 à 15 du Code du Travail portant sur l'organisation de la formation professionnelle continue dans le cadre de l'éducation permanente.

Objectif de la formation : Etre capable de donner la meilleure séance possible du massage enseigné, et ainsi de permettre à la personne qui reçoit la séance de se relaxer en profondeur ou de retrouver son dynamisme.

Moyens techniques et pédagogiques : Un support de cours permet d'expliquer chaque mouvement grâce à des photos, des schémas et des textes explicatifs. Ce document est remis à chaque participant. Un espace vide est aussi présent à côté de toutes les photos afin qu'il puisse expliquer avec ses propres termes le mouvement et ainsi mieux le retenir. Des tables de massage, futons, chaises, tabourets, paperboard, vidéoprojecteur, tatamis, différentes huiles sont mises à disposition. La lecture d'ouvrages divers est conseillée également.

Encadrement : Peyruseigt Jean Pierre,

Parcours : 2018-2021 daoyin yangsheng gong, l'art de nourrir la vie par le mouvement
Formation qualifiante sur trois ans (2018-2021), examens annuels, Biarritz.

2018-2021 qi gong

Système composé de plusieurs outils pour prendre en charge sa santé et celle des autres.

Qi Gong sans frontières. Formation sur trois ans (2018-2021), Lyon.

2016-2017 conseiller en produits naturels

2017 aromathérapie énergétique

2017 Diplôme d'état de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (DEJEPS)
perfectionnement sportif ARTS ENERGETIQUES CHINOIS.

Notification d'avis de recevabilité en attente de jury, Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse, des Sports et de Cohésion Sociale Auvergne Rhône-Alpes.

2016 prévention et secours civiques. Certificat de compétences de citoyen de sécurité civile
PSC1

2016 CQP moniteur d'arts martiaux mention arts énergétiques chinois

2014 CQP assistant professeur d'arts martiaux mention arts énergétiques chinois

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre, Techniques Traditionnelles Chinoises et CAP Esthétique en accéléré



2012 4ÈME duan wushu nei gong grade officiel

2010 CQP animateur de loisir sportif

De 2009 à ce jour activité libérale : enseignements des arts énergétiques chinois

Connaissances : Encadrement de différents publics en cours collectifs et en cours particuliers de Qi Gong ; Identification des besoins des participant.e.s en cours collectifs de Qi Gong. Mise en œuvre de l'accompagnement adapté. Régulation en fonction du public des séniors, de sa spécificité et de sa sécurité. Evaluation des dispositifs pédagogiques mis en place ; Régulation en fonction des publics, de leur spécificité et de leur sécurité ; Gestion, administration, organisation et animation des programmes d'actions d'enseignement du Qi Gong.

Prérequis et public concerné par la formation : Toute personne de 18 ans et plus en bonne santé et qui comprend la langue française peut suivre cette formation, sauf les femmes enceintes. Aucun niveau ni connaissance antérieure n'est requis. Le groupe est de 20 personnes pour 1 formateur.

Durée de la formation : La formation Qi Gong se déroule sur 16 jours soit 112H et 1 jour d'examen soit 7h. Les cours ont lieu de 9H00 à 17H00 du premier jour au dernier jour. Une pause déjeuner d'1 heure est incluse. Un temps de révision personnel est recommandé chaque soir et entre chaque session de formation.

Coût de la formation : Le montant de la formation est de 1980€ HT et TTC, soit un coût horaire de 16,63€ HT et TTC. Tarif valable jusqu'au 31 décembre 2020. Dans le cadre de la formation professionnelle continue, cette formation est non assujettie à la TVA.

Date de la formation : du 15 février 2020 au 11 octobre 2020 – Examen 03 novembre 2020

Programme de la formation : Apprendre à se mettre en condition, tel que la concentration, la respiration, la posture. Un soin particulier est porté tout au long de la formation sur la posture et l'utilisation du poids de notre corps afin d'éviter de se fatiguer rapidement. Apprendre la technique : Les gestes spécifiques à la technique du Qi Gong sont enseignés. Aspects importants dans la pratique : Les grands principes du Qi Gong (origine, objectif et bienfaits), les contre-indications, les précautions à prendre avant chaque séance, l'accueil et le respect de la personne.

Méthode pédagogique : L'enseignement donné est surtout axé sur le côté pratique. La technique enseignée est montrée par petites séquences. Les participants reproduisent ensuite les gestes vus quelques minutes plus tôt. La formatrice ou le formateur corrigeront alors les postures et gestes des participants pendant leur pratique et répondront aux questions des uns et des autres.

Validation de la formation en vue de l'obtention d'une attestation de fin de formation : Le contrôle et la validation de la formation se déroule chaque jour, un contrôle final est prévu en fin de formation pour l'obtention du cursus. Il faut avoir validé une moyenne de 12/20. Le(a) formateur(rice) pourra demander aux participants de pratiquer sur elle une partie au du protocole enseigné.

A FLEUR DE PEAU

Centre de formation professionnel en Massage de Bien-Etre, Techniques
Traditionnelles Chinoises et CAP Esthétique en accéléré



Engagement du centre : Donner la prestation définie dans cette annexe. Etre à l'écoute de chaque participant de façon à lui permettre de mettre à profit le mieux possible cette formation. S'abstenir de tout prosélytisme sectaire, philosophique, religieux et politique.