



CORSO "PRIME ESPERIENZE SHIATSU"

Le radici profonde dello Shiatsu, teoriche e filosofiche, sono da ricercarsi nella Medicina Tradizionale Cinese, in stretto rapporto con la filosofia taoista e basata sull'osservazione delle leggi della natura. "Quando l'uomo non rispetta tali leggi, nasce lo squilibrio (energetico) e ci si ammala".

Lo scopo dello Shiatsu è di armonizzare il flusso energetico e migliorare la qualità d'espressione e movimento delle varie funzioni della persona, in tutta la sua globalità. Questa tecnica naturale aiuta a ritrovare maggior elasticità muscolare ed articolare, migliora sintomi quali mal di schiena, sciatalgie, problemi cervicali, mal di testa, stipsi, pesantezza alle gambe, difficoltà digestive, dolori mestruali, insonnia, agitazione, ecc.

Durante le lezioni del corso si apprenderà il massaggio su tutto il corpo con tecniche semplici ma efficaci, si svilupperà la capacità d'ascolto attraverso il corpo di Uke (colui che riceve - lo Shiatsu) e si migliorerà la propria capacità di concentrazione, di postura, l'atteggiamento mentale. Lo Shiatsu è una tecnica estremamente rilassante, ci mette in contatto con noi stessi sia quando riceviamo, sia quando pratichiamo.

Il corso di "Prime esperienze Shiatsu" è aperto anche a chi non ha mai praticato o ricevuto massaggi. E' aperto a tutti. E' stato studiato per le persone che vogliono conoscere i principi teorico-pratici dello Shiatsu in un tempo relativamente breve. Al termine di questo corso i praticanti conosceranno elementi sufficienti per praticare un buon trattamento ad amici e/o parenti con la possibilità di aiutarli a ritrovare un equilibrio psicofisico.

Principali temi del programma del corso:

- Shiatsu: studio ed applicazione delle tecniche di palma e pollice nelle tecniche tradizionali posizione prona e supina.
- I 12 Canali Energetici: studio e localizzazione dei Canali Energetici e punti principali d'agopuntura.
- Elementi teorici di Medicina Tradizionale Cinese: lo Yin e lo Yang. I cinque Elementi (fuoco, terra, metallo, acqua, legno) correlazione fra organi ed emozioni. Funzioni principali degli Zang Fu (organi e visceri).

Inizio del corso:

Sabato 27 Gennaio 2007.

Orario:

Il Sabato dalle 10:00 alle 12:00 (Tot. 20 ore complessive).

Date delle lezioni:

- 27 Gennaio 2007
- 03 - 10 - 17 - 24 Febbraio 2007
- 03 - 10 - 17 - 24 - 31 Marzo 2007

Location:

Le lezioni si terranno presso l'"Associazione Corpo D" (adiacente alla struttura del centro sportivo Studios Factory), Via Stretta 175 a Brescia.

Costo:
€250,00

Materiale di supporto alle lezioni:

- · Un quaderno per gli appunti.
- · Abbigliamento comodo.
- · Un telo da spiaggia.

Iscrizioni:

E' necessario contattare l'istruttrice telefonicamente al 333 2015406 o via mail scrivendo a EldaConti@f4w.it ed iscriversi entro e non oltre il 13/01/2007.

Al termine del Corso verrà rilasciato un "Attestato di partecipazione".

Per informazioni:

eldaconti@f4w.it
Elda Conti 333 20 15 406

Letture consigliate:

- Medicina Cinese. Fondamenti e metodo. La tela che non ha tessitore.
Ted J. Kaptchuk.
Ed. Red. L'altra medicina Studio/21.
- La dietetica cinese secondo la tradizione alimentare e teorica energetica.
Y. Mollard Brusini, C.J. Brusini.
Ed. Red. L'altra medicina Studio/12.
- Agopuntura Tradizionale Cinese. La legge dei cinque elementi.
Dianne M. Connelly, PH. D.
Ed. Il Castello.



Elda Conti, diplomata in Manipolazione Energetica Orientale (Shiatsu e Moxa) nel 1992, diplomata in Jin Shin Do® nel 1996 (Jin Shin Do® Foundation Svizzera), insegnante Jin Shin Do® autorizzata (Jin Shin Do® Foundation U.S.A.).