

Scuola Shiatsu

corso base per operatore

Lo Shiatsu è un'Arte giapponese dal nome moderno ma dalla tradizione antica, che fonda le sue radici nella cultura medica/popolare orientale.

E' una tecnica di riequilibrio fisico/energetico che attraverso pressioni e stiramenti va a stimolare e promuovere il ripristino della capacità di ognuno di noi di auto rinnovarsi nel benessere psicofisico.



In questo corso, anno dopo anno, imparerai ad utilizzare questa Pratica in maniera precisa e pronta alle esigenze di chi si rivolgerà a te per ricercare Benessere ed Equilibrio attraverso la Consapevolezza del Corpo.

Ma lo Shiatsu è molto di più.. è una comunicazione che avviene tra chi tratta (Tori) e chi viene trattato (Uke). Siamo tutti collegati da fili sottili che sono le particelle di energia che ci compongono, non ci sono distanze tra gli individui e così lo Shiatsu, che è

anche arte meditativa, ci mette in profonda connessione con noi stessi e in relazione con l'altro. Questo intimo scambio permette l'abbattimento delle barriere e delle differenze ripristinando il naturale e libero fluire delle energie nel Corpo, nella Mente e per analogia nello Spirito sia in chi tratta sia in chi viene trattato.

Corso valido per il triennio Scuola Operatori Shiatsu Equibrae



Insegnante: Cristina Lombardi
Operatore Professionale e Insegnante Shiatsu e Medicina Cinese
Attestato di qualità Apos

Programma

Programma Base Shiatsu

Presentazione corso 21 settembre 2024 - 15.00 18.30

Principi Fondamentali di Shiatsu

Sabato 12 ottobre 9.00 – 17.00 e domenica 13 ottobre 9.00 - 12.30

pratica martedì 15 e 29 alle 18.00 - 20.00

- Basi e Principi di postura e pressione;
- Legge dello *Yin* e dello *Yang*;
- Ascolto di *Hara* (proprio e del ricevente)
- *Kata* del peso portato - schiena e fianco

Principi Fondamentali di MTC

Sabato 9 novembre 9.00 – 17.00 e domenica 10 novembre 9.00 - 12.30

pratica martedì 12 e 26 alle 18.00 - 20.00

- Legge dei cinque elementi - i cicli e le interazioni;
- i tre Tesori - il movimento del *Qi* – 5 sostanze fondamentali
- *Kata* del Peso portato – supino e viso

Elemento Metallo

Sabato 30 novembre 9.00 – 17.00 e domenica 1 dicembre 9.00 - 12.30

pratica martedì 3 e 17 alle 18.00 - 20.00

- caratteristiche e costituzione del Metallo;
- Polmone e Intestino Crasso;
- pratica sui canali studiati

Elemento Terra

Sabato 11 gennaio 9.00 – 17.00 e domenica 12 gennaio 9.00 - 12.30

pratica martedì 14 e 28 alle 18.00 - 20.00

- caratteristiche e costituzione della Terra;
- Milza-pancreas e Stomaco;
- pratica sui canali studiati

Elemento Fuoco Imperiale

Sabato 8 febbraio 9.00 – 17.00 e domenica 9 febbraio 9.00 - 12.30

pratica martedì 11 e 25 alle 18.00 - 20.00

- caratteristiche e costituzione del Fuoco;
- Cuore e Intestino Tenue;
- pratica sui canali studiati

Elemento Acqua

Sabato 8 marzo 9.00 – 17.00 e domenica 9 marzo 9.00 - 12.30

pratica martedì 11 e 25 alle 18.00 - 20.00

- caratteristiche e costituzione dell'Acqua;
- Rene e Vescica;
- punti *Shu* del dorso;
- pratica sui canali studiati.

Elemento Fuoco Ministeriale

Sabato 12 aprile 9.00 – 17.00 e domenica 13 aprile 9.00 - 12.30

pratica martedì 15 e 29 alle 18.00 - 20.00

- ripresa del Fuoco;
- Mastro del Cuore e Triplice Riscaldatore;
- pratica sui canali studiati

Elemento Legno

Sabato 10 maggio 9.00 – 17.00 e domenica 11 maggio 9.00 - 12.30

pratica martedì 13 e 17 alle 18.00 - 20.00

- caratteristiche e costituzione del Legno;
- Fegato e Vescica Biliare;
- pratica sui canali studiati

Strategie di trattamento

Sabato 7 giugno 9.00 – 17.00 e domenica 8 giugno 9.00 - 12.30

- strategie di trattamento attraverso esame di *Hara*
- prova pratica di fine anno discussione e consegna attestati e onori

La quota comprende:

- dispensa cartacea e on line per ogni incontro;
 - un'area riservata sul sito dedicata agli studenti;
 - registrazione delle lezioni teoriche a disposizione per tutta la durata del triennio;
 - le lezioni settimanali di pratica e approfondimento dalle 18.00 alle 20.00 per tutti gli studenti, la cui partecipazione è obbligatoria per raggiungere il monte ore (800 ore: 300 frontali e 500 di pratica) necessario alla conclusione del percorso triennale;
 - “question time” on line mensile per risolvere dubbi e domande;
 - video del percorso del canale con indicazione della localizzazione dei punti e proposte di trattamento.
 - Il sostegno e l'aiuto del corpo docente per la pratica e la teoria.
-

Quota per singola annualità corso base Shiatsu

1.300,00 Euro (iva compresa)

per pagamento in unica soluzione entro il 30 settembre 2024: 1.200,00 Euro (iva compresa)
per pagamento in due rate uguali di 650,00 euro: entro 30 settembre 2024 ed entro 7 febbraio 2025

www.equibrae.it

La Scuola Equibrae è Ente Fiduciario APOS



scuolashiatsu@equibrae.it
pagina FB – Equibrae

Caposcuola e Referente didattico:
Cristina Lombardi: whatsapp/Telegram - +39 340 6648126