

“L'Arte dello Shiatsu”



“L'Arte dello Shiatsu”
Scuola di Formazione per Operatori Shiatsu

Livello Base di Shiatsu NOVA MILANESE Programma didattico 2015 -2016

Il Livello Base di Shiatsu fornisce gli elementi base necessari per effettuare un trattamento Shiatsu generale in posizione prona (schiena, gambe e braccia) con l'utilizzo del palmo delle mani e un trattamento sulla schiena con l'utilizzo del pollice.
Il programma prevede esercizi di respirazione, posturali, di visualizzazione e di rilassamento che mirano a percepire al meglio la nostra energia e quella del compagno. Si apprende ad usare correttamente il peso del corpo per effettuare pressioni dolci e benefiche. Si introducono i principi fondamentali della Medicina Tradizionale Cinese.
Vengono inoltre proposte esperienze che aiutano l'allievo a percepire al meglio l'energia che circola all'interno del proprio corpo, esercizi di Qi Gong che "aprono" i canali energetici, esperienze che potenziano il senso del contatto con l'altro, tecniche di visualizzazione che migliorano la nostra capacità di utilizzare la mente. I benefici di un corso di Shiatsu si riflettono sulla postura, sulla respirazione, sulla qualità del sonno, in sintesi sul modo di vivere. La qualità della vita può migliorare sensibilmente perché si prova maggiore efficienza fisica e mentale, vitalità e modo di relazionarsi con il mondo. A tutti gli allievi vengono consegnate diverse dispense per meglio memorizzare le sequenze apprese.
Alla fine del corso viene rilasciato un attestato di partecipazione per accedere ai livelli successivi.
Il Corso Base dura 20 ore frontali totali (ore di 60 minuti).
La scuola di formazione "L'Arte dello Shiatsu" è una scuola associata all'Associazione Scuole di Shiatsu Italiane.

PRESENTAZIONE

Libera, gratuita e aperta a tutti
Lunedì 28 Settembre 2015 alle ore 21.15
Presso Archi Nova Circolo "Enrico Rossi"
Via Togliatti 6 a Nova Milanese

DATE CORSO 2015

Lunedì sera (21.00/23.00); Lunedì 5 Ottobre - Lunedì 12 Ottobre - Lunedì 19 Ottobre
Lunedì 26 Ottobre - Lunedì 9 Novembre - Lunedì 16 Novembre - Lunedì 23 Novembre.
Fine settimana (dalle 10.00 alle 17.00); Sabato 14 Novembre 2015 oppure Domenica 22
Novembre 2015

LA PRIMA LEZIONE E' GRATUITA

POSSIBILITA' RECUPERO LEZIONI NELLE ALTRE SEDI GRATUITAMENTE
Costo del corso: € 165,00 da versarsi entro la seconda lezione di corso.
€ 25,00 di tessera associativa annuale.

☎ 02 9315750 - 380 1818218 - info@arteshiatsu.it -
www.arteshiatsu.it

Associazione Arti per la Salute - Centro Studi Discipline Bio Naturali
Via Mantovani 20 Rho MI - Tel. 02 9315750 - 335 1766335
PI. - C.F. 03904120865

Scuola di Formazione per Operatori Shiatsu

Livello Base di Shiatsu NOVA MILANESE
Programma didattico 2015 -2016

PRESENTAZIONE Libera, gratuita e aperta a tutti - Tel: 02 9315750 – 335 1766335
LUNEDI' 29 SETTEMBRE 2015 dalle ore 21.15
[... LEGGI E VEDI VOLANTINO ...](#)

....



"L'Arte dello Shiatsu"
Scuola di Formazione per Operatori Shiatsu

Livello Base di Shiatsu NOVA MILANESE

Programma didattico 2015 -2016

Il Livello Base di Shiatsu fornisce gli elementi base necessari per effettuare un trattamento Shiatsu generale in posizione prona (schiena, gambe e braccia) con l'utilizzo del palmo delle mani e un trattamento sulla schiena con l'utilizzo del pollice.

Il programma prevede esercizi di respirazione, posturali, di visualizzazione e di rilassamento che mirano a percepire al meglio la nostra energia e quella del compagno. Si apprende ad usare correttamente il peso del corpo per effettuare pressioni dolci e benefiche. Si introducono i principi fondamentali della Medicina Tradizionale Cinese.

Vengono inoltre proposte esperienze che aiutano l'allievo a percepire al meglio l'energia che circola all'interno del proprio corpo, esercizi di Qi Gong che "aprono" i canali energetici, esperienze che potenziano il senso del contatto con l'altro, tecniche di visualizzazione che migliorano la nostra capacità di utilizzare la mente. I benefici di un corso di Shiatsu si riflettono sulla postura, sulla respirazione, sulla qualità del sonno, in sintesi sul modo di vivere. La qualità della vita può migliorare sensibilmente perché si prova maggiore efficienza fisica e mentale, vitalità e modo di relazionarsi con il mondo. A tutti gli allievi vengono consegnate diverse dispense per meglio memorizzare le sequenze apprese.

Alla fine del corso viene rilasciato un attestato di partecipazione per accedere ai livelli successivi.
Il Corso Base dura 20 ore frontali totali (ore di 60 minuti).

La scuola di formazione "L'Arte dello Shiatsu" è una scuola associata all'Associazione Scuole di Shiatsu Italiane.

PRESENTAZIONE

Libera, gratuita e aperta a tutti

Lunedì 28 Settembre 2015 alle ore 21.15

Presso Archi Nova Circolo "Enrico Rossi"

Via Togliatti 6 a Nova Milanese

DATE CORSO 2015

Lunedì sera (21.00/23.00): Lunedì 5 Ottobre - Lunedì 12 Ottobre - Lunedì 19 Ottobre

Lunedì 26 Ottobre - Lunedì 9 Novembre - Lunedì 16 Novembre - Lunedì 23 Novembre.

Fine settimana (dalle 10.00 alle 17.00): Sabato 14 Novembre 2015 oppure Domenica 22

Novembre 2015

LA PRIMA LEZIONE E' GRATUITA

POSSIBILI SCONTI PER LEZIONI SULLE ALTRE SEDI GRATUITAMENTE

Costo del corso: € 165,00 da versarsi entro la seconda lezione di corso.
€ 25,00 di tessera associativa annuale.

☎ 02 9315750 - 380 1818218 - info@arteshiatsu.it -
www.arteshiatsu.it

Associazione Arti per la Salute - Centro Studi Discipline Bio Naturali
Via Matteotti 20 Rho MI - Tel. 02 9315750 - 333 1766333
PI - C.F. 03804120965