

## SCUOLA DI FORMAZIONE PER OPERATORI

# SHIATSU

## LA VIA PER L'ARMONIA E LA SALUTE

---

### WEEK END INTENSIVO DI SHIATSU 8/9 ottobre 2016

#### L'ARMONIA DELL'ASSE POSTURALE E I PRINCIPI DELLO SHIATSU

##### Programma di sabato 8:

ORE 8:45 accoglienza

ORE 9:00 INTRODUZIONE ALL'ARGOMENTO DEL WEEKEND: Pratiche per migliorare la sensibilità e per sviluppare il Tandèn; allenamenti per il respiro, l'ascolto, l'atteggiamento mentale e posturale, con Irene Santamaita

ORE 10:30 I PRINCIPI DELLA PRESSIONE SHIATSU: Il Kata della pressione e la passeggiata sulla schiena, con Andrea Martignoni (allievi 1° anno)

I METODI DI TRATTAMENTO: il Kata dell'asse ortostatico: la regolazione del bacino, con Lorella Ferretti (allievi 2° anno)

ORE 13: pausa pranzo

ORE 15:00 STUDIO PRATICO DEI PRINCIPI DI ARMONIZZAZIONE  
Il concetto di "armonia" applicato allo Shiatsu; esercizi di armonizzazione posturale, con Irene Santamaita e Lorella Ferretti

ORE 18:00 I PRINCIPI DELLA PRESSIONE SHIATSU: la pressione naturale, la passeggiata sulla schiena (approfondimento), con Andrea Martignoni (allievi 1° anno)

I METODI DI TRATTAMENTO: il Kata dell'asse ortostatico - approfondimento, con Lorella Ferretti (allievi 2° anno)

##### Programma di domenica 9:

ORE 9:00 Pratica per sviluppare una corretta sensibilità: MAKKO HO, lo stretching dei meridiani energetici, con Andrea Martignoni

ORE 10:30 I PRINCIPI DELLA PRESSIONE SHIATSU: la pressione con il respiro circolare; il trattamento di armonizzazione sulla schiena, con Andrea Martignoni (allievi 1° anno)

I METODI DI TRATTAMENTO: il Kata dell'asse ortostatico: l'armonizzazione globale (bacino, scapole, clavicole e cervicali), con Lorella Ferretti (allievi 2° anno)

ORE 12:30 incontro finale per scambiare impressioni, domande, riflessioni ecc.