



## **CORSO DI SHIATSU PER OPERATORI PROFESSIONALI**

Lo Shiatsu è una disciplina autonoma che affonda le proprie radici nelle pratiche millenarie sviluppate in oriente per un pieno sviluppo delle potenzialità vitali dell'individuo.

Le tecniche praticate hanno significativi effetti sul benessere della persona trattata, spesso anche sulla sintomatologia.

Frequentemente le persone si accostano alla pratica dello shiatsu motivate da disagi contingenti, ma la vera finalità della disciplina consiste nello stimolo della vitalità della persona con il conseguente effetto di migliorare la qualità della vita qualunque sia la condizione iniziale.

Lo shiatsu risponde ad una domanda precisa e pressante della società attuale di miglior qualità della vita, di maggior consapevolezza nella gestione responsabile del benessere individuale e collettivo.

### **I Programmi sono conformi agli standard riconosciuti a livello Nazionale ed Internazionale.**

Durata: 3 anni per conseguire il Diploma professionale CSEN

SEDI DI SVOLGIMENTO: - Bergamo c/o Centro Ananda

Il Corso professionale si sviluppa in un triennio di 800 ore, di cui un terzo costituito da trattamenti documentati.

La struttura del percorso formativo prevede ogni anno incontri teorico-pratici di fine settimana, incontri settimanali di pratica e una sessione di verifica finale ogni anno.

A conclusione di ogni annualità di studio, ed avendo superato la verifica prevista, sarà certificato il curriculum conseguito.

### **Programma**

#### **1 - PRINCIPI FONDAMENTALI DELLO SHIATSU**

- Storia e principi dello shiatsu
- Evoluzione degli stili dello shiatsu
- Modelli culturali ed operativi di riferimento
- Il carattere della pressione shiatsu

#### **2- PRINCIPI DI M.T.C.**

- I principi della Legge di Natura
- Concetto di Energia in M.T.C.
- La teoria dello Yin-Yang
- I cinque movimenti
- Le tre Forze

### 3 – I MERIDIANI: I SENTIERI DELL'ENERGIA VITALE

- Origine e carattere dei Meridiani
- Localizzazione dei Meridiani
- Percezione e ricerca del percorso dei Meridiani
- Rapporto con i 5 Movimenti

### 4 – I PUNTI VITALI

- Il punto vitale: caratteristiche somatiche, morfologiche ed energetiche
- Localizzazione di punti vitali importanti
- Trattamento e specificità dei punti vitali
- Punti Yu e punti Bo

### 5 – ZONE COMUNICANTI

- Le zone comunicanti: localizzazione e carattere
- Trattamento delle zone comunicanti secondo i 5 Movimenti

### 6 – SO-MON, L' ANALISI ENERGETICA

- So-mon: la ricerca della Verità attraverso il fenomeno
- Bo-Bun-Mon-Setsu: i principi della “Diagnosi” Tradizionale Orientale
- Ampuku: il trattamento/analisi dell' Hara
- Analisi/trattamento delle Tre Forze nell'addome
- Analisi/trattamento della schiena
- Condizione degli organi ed ambiente familiare

### 7 – KATA' : IL SENTIERO DELLA PRATICA

- Katà: il carattere dello studio pratico
- Katà di trattamento con i palmi
- Katà di stiramento dei meridiani
- Katà di stiramento generale
- Katà di trattamento dei meridiani in posizione supina, prona, laterale e seduta
- Katà di trattamento delle articolazioni
- Katà di integrazione della postura
- Katà di armonizzazione del sistema ormonale/cakras

### 8 –INTEGRAZIONE SHIATSU DELLA POSTURA

- Rapporto fra postura organi interni e meridiani
- Postura e stato d'animo
- Principi di Sei-tai, l' armonizzazione posturale
- Integrazione e riequilibrio della colonna vertebrale
- Trattamento di osso-sacro e bacino, scapole e clavicole, collo e cranio

### 9 – LA PREPARAZIONE DELL'OPERATORE

- Principi per una condizione fisica equilibrata
- L'armonizzazione del respiro
- Lo sviluppo del pensiero positivo
- Autostiramento dei meridiani e Do In

## La pratica della Meditazione

### 10 – LA RICERCA DELLA DIREZIONE ORIGINALE

Shiatsu come strumento di Evoluzione umana  
Carattere della pressione Originale  
Ricerca e connessione con la Vibrazione Originale

### 11 – ANATOMIA E FISIOLOGIA

Anatomia e fisiologia di base  
Anatomia e fisiologia energetica

### 12 – DEONTOLOGIA E RAPPORTI ISTITUZIONALI

Codice deontologico  
Norme legali ed amministrative  
Sviluppi istituzionali sulle Discipline Bio Naturali

### **Esami:**

1° e 2° anno: l'esame è pratico

3° anno: l'esame finale comprende una parte teorica ed una pratica; la parte teorica comprende anche le nozioni base di anatomia e fisiologia.