



“Mantenere lo stato di benessere significa essere in armonia con tutto ciò che ci circonda”

Fabio Perpetua

**Corso di Formazione in Zen - Shiatsu
secondo i principi Zen del Maestro
Shizuto Masunaga
“Armonia e Benessere”**

Lo svolgimento base del Corso è il seguente:

**Il corso è articolato in quattro giornate 9,30 – 13,30 14,30 – 18,30
in 8 moduli da 4 ore**

Il primo giorno è interamente dedicato alla Medicina Tradizionale Cinese faremo sia la parte teorica sia la parte pratica con Esercizi sullo Streaching dei singoli Meridiani Principali.

Il secondo e terzo giorno faremo Teoria e Pratica di Zen – Shiatsu, vedremo le Posizioni dell’Operatore, le varie tecniche di approccio, la Posizione Supina, Prona e Laterale

Alla fine del 6° modulo verrà rilasciato L’Attestato Finale Corso di Formazione in Shiatsu secondo i Principi Zen del Maestro Shizuto Masunaga

1° Giorno

1° Modulo (4 ore)

Parte Teorica

- **Introduzione alla M.T.C.**
- **Il Principio dello Yin e dello Yang**
- **I Meridiani**
- **Le Cinque Sostanze Fondamentali**
- **Tavola Meridiano Polmone**
- **Tavola Meridiano Grosso Intestino**
- **Tavola Meridiano Stomaco**
- **Tavola Meridiano Milza**

Parte Pratica

- **Esercizio per i Meridiani di Polmone e Grosso Intestino**
- **Esercizio per i Meridiani di Stomaco e Milza/Pancreas**

Parte Teorica

- **Logge Energetiche e Teoria dei Cinque Elementi**
- **Tavola Meridiano Cuore**
- **Tavola Meridiano Intestino Tenue**
- **Tavola Meridiano Vescica Urinaria**
- **Tavola Meridiano Rene**

Parte Pratica

- **Esercizi per i Meridiano di Cuore, Intestino Tenue, Vescica Urinaria e Rene**

2° Modulo (4 ore)

Parte Teorica

- **Zang – Fu**
- **Fattori Esterni, Fattori Interni e Fattori Misti**
- **Diagnosi**
- **Tecniche per Intervenire**
- **Storia della M.T.C.**
- **Conclusioni**
- **Tavola Meridiano Ministro del Cuore**
- **Tavola Meridiano Triplice Riscaldatore**
- **Tavola Meridiano Vescica Biliare**
- **Tavola Meridiano Fegato**
- **Tavola Meridiano Vaso Governatore**
- **Tavola Meridiano Vaso Concezione**

Parte Pratica

- **Esercizi per i Meridiani Ministro del Cuore e Triplice Riscaldatore**
- **Esercizi per i Meridiani Vescica Biliare, Fegato, Vaso Governatore e Vaso Concezione.**
- **Teoria e Pratica della Scheda di Anamnesi**

2° Giorno

3° Modulo (4 ore)

Parte Teorica

Introduzione alla Shiatsu:

- **Teoria**
- **Ambiente**
- **Abbigliamento**
- **Disposizione**

Parte Pratica

- **Contatto**
- **Appoggio**
- **Peso**
- **Pressione**
- **Mano Madre/Figlia**
- **Kyo/Jitsu**
- **Posizioni Operatore (Quadrupedia, Arciere, Seizà, ecc...)**

4° Modulo (4 ore)

Parte Pratica

- **Trattamento Testa/ Viso/Collo**
- **Posizione Prona**

3° Giorno

5° Modulo (4 ore)

Parte Pratica

- **Posizione Supina**
- **Esercitazioni**

6° Modulo (4 ore)

- **Posizione Laterale**
- **Trattamento Shiatsu Completo**

4° Giorno

7° Modulo (4 ore)

Parte Pratica

- **Esercitazioni tra corsisti con la possibilità di Riceventi esterni**

8° Modulo (4 ore)

Parte Pratica

- **Esercitazioni tra corsisti con la possibilità di Riceventi esterni**

Materiale Didattico

- **Dispense di Anatomia**
- **Dispensa Shiatsu**
- **Dispensa Posizione Prona**
- **Dispensa Posizione Supina**
- **Dispensa Posizione Laterale**
- **Video di supporto (Creati durante il Corso)**

Durante lo svolgimento del corso il programma e il numero delle ore e delle lezioni può subire delle piccole variazioni per motivi contingenti all'organizzazione, al docente e ai partecipanti...buon lavoro!!!!

Fabio Perpetua - Naturopata

Bozena Soltys - Naturopata

