



L'ISTITUTO SUPERIORE DI AGOPUNTURA

organizza a Cremona il

## CORSO INTRODUTTIVO DI SHIATSU

Fin dall'inizio della sua millenaria storia l'oriente ha rivolto pari interesse agli aspetti fisici, mentali e spirituali dell'uomo, mettendo a punto sofisticate tecniche per l'integrazione di corpo, mente, meditazione e movimento. Lo **SHIATSU** è sicuramente una di queste. Lo **SHIATSU** è una disciplina corporea che consente di mantenere o ristabilire la propria armonia mediante il contatto. Acquisire, o meglio riacquisire, la capacità di percepire attraverso il senso più profondo che abbiamo. Il tatto.

## PROGRAMMA

### CONSAPEVOLEZZA DEL PROPRIO CORPO E DEL PROPRIO RESPIRO

- uso del peso, del respiro, dell'hara nelle diverse posture;
- antichi esercizi cinesi di Chi Kung.

### SVILUPPO DELLE ABILITÀ PERCETTIVE

- riscoperta del tatto e del corpo altrui, del suo respiro e delle sue emozioni;
- percezione dell'energia vitale, dei punti energetici dei meridiani, dei pieni e dei vuoti.

### ELEMENTI DI MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

- legge dei cinque movimenti, circolazione energetica, principali caratteristiche tipologiche, fisiologiche e patologiche.

### TECNICHE ELEMENTARI E SEQUENZE DI BASE

- uso dei palmi, dei pollici e dei gomiti;
- trattamento nelle sequenza prona, supina e sul fianco.

**Calendario:** 28/29 febbraio 2004; 27/28 marzo 2004; 1/2 maggio 2004.

**Orario:** 9,30 - 13,00 - 14,30 - 18,00.

**Nota:** tra i week-end sono previste due serate di pratica guidata.

**Quota** d'iscrizione: euro 300,00 + iva, comprensivi di materiale didattico.

Il corso sarà tenuto a CREMONA , presso lo studio DEMOS via Ruffini 28  
(di fronte alla casa di cura S.Camillo in via Mantova).

Per informazioni ed iscrizioni, telefonate alla segreteria: tel. 02 39002360  
o visitate il sito internet [www.isagopuntura.org](http://www.isagopuntura.org)