

CENTRO YOGA

E Scuola di Massaggio

IL PICCOLO AMRIT



CORSI DI SPECIALIZZAZIONE IN DIVERSE TECNICHE DI MASSAGGIO.

Programmi e listino corsi de Il Piccolo Amrit

Aggiornato per l'anno 2012

Via G. Donizetti, 41 Martina Franca (TA)

Tel. 080-48.59.936 Cell. 334-33.29.814

<http://www.ilpiccoloamrit.it> info@ilpiccoloamrit.it

C.F. P.I. 02682000738

Sw Dhyan Nirman

Il Piccolo Amrit è una Associazione Culturale, Scuola di Yoga e Discipline orientali per il riequilibrio energetico ,studio e pratica di diversi stili di massaggio. Fondata nel 1999 da Roberto Boschini e Catia Longhi a Milano, opera nel settore olistico e di formazione in collaborazione con diversi centri benessere e formativi (Milano: Centro Iside, Centro yoga Satyananda, Centro Joythinat; Svizzera: Centro Alchemilla a Bellinzona). Nel 2006 si trasferisce, per vari motivi a Martina Franca (TA), dove apre un Centro dedicato alla divulgazione e pratica delle discipline trattate. I corsi de "Il piccolo Amrit" sono dedicati a tutti: ad operatori del Benessere, estetiste, medici, fisioterapisti che desiderano approfondire alcuni temi o imparare nuove tecniche, ma anche a privati che desiderano iniziare o approfondire un cammino personale. Tutti i corsi si basano sulla pratica e scambi di massaggio durante lo svolgimento della giornata. La teoria si interseca con la pratica per una migliore formazione dell'operatore. Ogni classe di studio è formata da un massimo di sei allievi per garantire un'ottima qualità di insegnamento. Alla fine di ciascun corso viene rilasciato un attestato di frequenza con specificate le ore di pratica del corso stesso. Nei costi è compreso tutto: il materiale didattico, l'attestato di frequenza e l'eventuale pratica che ciascuno può decidere di effettuare presso il centro Yoga i Mercoledì assieme all'insegnante, per migliorare la propria manualità e conoscenza dell'argomento studiato. Non sono richieste somme aggiuntive in alcun modo!! I corsi si ripetono periodicamente essendo organizzati a vari livelli e sessioni. Non impegnano molto tempo e solo chi vuole può continuare migliorando sempre di più fino ad arrivare ad imparare tecniche professionali e l'arte del massaggio secondo la più antica tradizione.

I corsi possono essere seguiti anche a livello individuale, su appuntamento! La necessità di fare un corso a breve termine, il desiderio di essere da soli nel corso per approfondire meglio la pratica e l'argomento trattato, o altre necessità particolari possono essere soddisfatte dal corso individuale. Basta farne richiesta, prendere appuntamento ed avrete l'insegnante a vostra completa disposizione. Il costo del corso non viene in nessun modo maggiorato. Ma resta quello a listino.

Le quote versate sono da considerarsi quote di iscrizione all'Associazione culturale Il Piccolo Amrit, con rilascio di ricevuta generica come previsto dalla legge, se è necessaria una fattura bisognerà richiederla all'iscrizione ed il prezzo sarà maggiorato del 20% relativo all'IVA:

Il Docente: Swami Dhyan Nirman - Roberto Boschini

Nasce a Milano nel 1963 e da molti anni si occupa di cultura e pratiche orientali, incominciando il suo cammino con il Tai Chi Chuan, arte marziale e di vita. Lo studio del massaggio ed in particolar modo del massaggio ayurvedico, gli permette di approfondire in primo luogo la sua conoscenza interiore per arrivare poi, al contatto con il ricevente, con la giusta consapevolezza che una terapia olistica richiede. Studia il massaggio ayurvedico con Maeshvara e Sri S.V. Govindan, praticandolo presso alcuni centri yoga e centri benessere in Milano. Si diploma in Shiatsu seguendo un corso triennale professionale presso la scuola Shambala Shiatsu a Milano (programma di studi della Federazione Italiana Shiatsu). Approfondisce, seguendo diversi seminari e corsi specializzati, altre tecniche di massaggio orientali ed occidentali.

Pratica e studia Yoga seguendo gli insegnamenti di Ma Deva Shakti . Si diploma in Insegnate Hatha Yoga presso "Aura Wellness Center" ad Attleboro, MA (USA) con Paul Jerard, seguendo periodicamente gli aggiornamenti previsti dalla Scuola (Ultimo aggiornamento di 240 h di studio e pratica 24/12/2009).

Crea una nuova metodologia di trattamenti per il riequilibrio energetico fondendo le sue conoscenze in un'unica filosofia di vita.

Nel 1999 fonda l'associazione Culturale e Centro Yoga "Il piccolo Amrit" e nel 2006 apre un Centro a Martina Franca (TA)

Prende il Sannyas di Osho nel Giugno 2005 con il nome di Swami Dhyan Nirman.

Organizza seminari intensivi a più livelli di preparazione, seminari e conferenze presso vari centri olistici.

Collabora con diversi Centri Massaggio ed Estetici in Puglia, scrive articoli vari su ZonaFranca.it sul benessere al naturale.

I Corsi della durata di 4 incontri.

Pag. 4	Corso Base Massaggio Ayurvedico I Livello	32h 4 Domeniche 500,00€
Pag. 5	Corso Massaggio Ayurvedico Articolare	24h 4 Domeniche 500,00€
Pag. 6	Corso Massaggio Ayurvedico 4 Mani	24h 3 Domeniche 500,00€
Pag. 7	Lomi Lomi Hawaiano	24h 3 Domeniche 500,00€
Pag. 8	Pranayama	24h 8 Mercoledì 250,00€
Pag. 9	Formazione insegnanti Hatha Yoga	Vedi descrizione.
Pag. 11	ReiKi	Vedi descrizione.

I Microcorsi , una giornata.

Pag. 12	Massaggio antistress	8 h Una giornata 180,00 €
Pag. 13	Stone massage	8 h Una giornata 180,00 €
Pag. 14	NeeraByangam (Linfatico)	8 h Una giornata 180,00 €
Pag. 14	Trattamento della schiena	8 h Una giornata 180,00 €
Pag. 15	Copettazione - Cupping massage	8 h Una giornata 180,00 €
Pag. 15	ShiroByangam (Massaggio testa)	8 h Una giornata 180,00 €
Pag. 16	Pinda e Pinda Sveda	8 h Una giornata 180,00 €
Pag. 17	Corso Ubatan	8 h Una giornata 180,00 €
Pag. 18	Riflessologia plantare (corso amatoriale)	4 h Un pomeriggio 90,00 €

I Corsi di Shiatsu

Pag. 19	Corso base di Shiatsu	24 h 8 mercoledì 250,00 €
Pag. 21	I 12 meridiani tendineo muscolari	24 h 8 mercoledì 250,00 €
Pag. 22	MTC , medicina Tradizionale Cinese	24 h 4 Domeniche 250,00€
Pag. 24	Trattamento zone MU (Addome)	5 h Un pomeriggio 70,00 €
Pag. 25	Trattamento Zone SHU (Schiena)	5 h Un pomeriggio 70,00 €
Pag. 26	Trattamento del collo	5 h Un pomeriggio 70,00 €
Pag. 27	Trattamento del Rene	5 h Un pomeriggio 70,00 €
Pag. 28	Moxa e coppettazione	5 h Un pomeriggio 70,00 €

Massaggio ayurvedico

Corso base



Programma del corso:

- I guna, i 5 elementi e i dosha. Energie della natura e dell'uomo.
- Prakriti. Costituzione energetica alla nostra nascita: riconoscimento ed analisi.
- La postura, la respirazione e l'aspetto meditativo-spirituale del operatore.
- Il contatto iniziale.
- Sequenza base di apertura.
- Automassaggio
- Sequenza avanzata completa (Scuola Sri Govindan).
- Massaggio ricevente supino, prono, decupito laterale, la sfinge, seduto.
- Particolare attenzione al trattamento della schiena.
- Durata del corso 32 ore (4 Domeniche dalle h 10,00 alle h 19,00 con pausa pranzo)
- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge
- Costo del corso 500,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).

Corso Massaggio Ayurvedico Articolare

Muri Abhyangam



Programma del corso:

Analisi delle articolazioni sulla base del tridosha.

Analisi delle articolazioni secondo i canali tendineo-muscolari.

Sequenza completa del trattamento articolare in:

POSIZIONE SUPINA

POSIZIONE DECUPITO LATERALE

POSIZIONE PRONA

LA SFINGE

POSIZIONE SEDUTA

- Durata del corso 24 ore (3 Domeniche dalle h 10,00 alle h 19,00 con pausa pranzo)
- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge
- Costo del corso 500,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).

Massaggio Ayurvedico a 4 mani



Nella tradizione Ayurvedica il massaggio ha un'importanza notevole.

Il massaggio a quattro mani è molto utilizzato in diverse applicazioni riequilibranti del Tridosha. E' una tecnica difficile da apprendere, dedicata, preferibilmente, a chi già ha una certa manualità ed esperienza nella pratica del massaggio.

Imparare un buon massaggio a 4 mani significa, in realtà, riuscire a sincronizzare perfettamente i movimenti, le pressioni, le velocità con il proprio Partner, in modo che il ricevente abbia la sensazione che sia solo una persona ad avvolgere il proprio corpo.

Equilibrio, serenità, forza, nuove energie sono solo alcuni dei commenti che il ricevente normalmente riferisce alla fine del trattamento.

Programma del corso:

Durata dello stage 24 ore, tre incontri di domenica dalle h 10,00 alle h 19,00.

Prima giornata: Trattamento con il ricevente in posizione supina.

Seconda giornata: Trattamento del ricevente in posizione prona.

Terza giornata: Trattamento completo, ripasso e approfondimenti.

Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.

Costo del corso 500,00 Euro.

Corso Base Massaggio Hawaiano

Lomi Lomi (Base e avanzato)



Lo scorrere ritmico e dolce delle onde dell'oceano; la naturale armonia di paradisi incontaminati; l'ipnotica sensualità della danza tradizionale, Hula; la grazia forte e ferma delle arti marziali locali, Lua: ogni cosa, alle Hawaii, parla di sintonia tra corpo e spirito, energia e materia. Non è certo una sorpresa scoprire che questo popolo così affascinante, così perfettamente in simbiosi con la natura e con ogni essere vivente, abbia fin dall'antichità elaborato una tecnica di massaggio teso proprio a portare relax, armonia, amore.

È già da qualche anno che anche in Occidente è arrivata l'antica sapienza dei Kahuna, i maestri di quest'arte, che hanno diffuso la pratica del Lomi Lomi, in hawaiano, semplicemente "massaggio", detto anche massaggio dell'anima o "loving hands massage". Ed è facile capire perché. Il Lomi Lomi può essere effettuato da una o due persone, e usa principalmente le mani e gli avambracci. Attraverso una serie di movimenti lunghi e ritmici, distende la muscolatura e scioglie le articolazioni, risultando insieme rilassante ma anche tonificante, e ottimo per la circolazione. Ma soprattutto si prefigge di ristabilire un equilibrio fra corpo e spirito, donando serenità e amore alla persona trattata con il massaggio.

Programma del corso:

- **Tradizione, storia e teoria del Massaggio hawaiano Lomi Lomi.**
- **La tecnica dell'avambraccio.**
- **Posizione Prona: trattamento completo schiena, braccia, gambe.**
- **Posizione supina: trattamento completo viso, collo, torace e gambe.**
- **Una intera giornata sarà dedicata alla pratica del massaggio totale.**
- **Approfondimenti, domande.**
- **Costo dell'intero corso 500,00.**
- **Manuale del corso incluso.**

Il corso impegna tre domeniche non consecutive dalle 10,00 alle 19,00 (un'ora pausa pranzo con frutta e tisane) per un totale di 24 ore di pratica.

Portare: Un lenzuolino a testa, una boccetta di olio di mandorle dolci normale, un costume due pezzi (meglio perizoma) per lo scambio di massaggi durante la pratica. Una tuta, ciabattine comode.

PRANAYAMA



La respirazione è un atto spontaneo al quale non prestiamo mai attenzione. Non ci rendiamo conto che il **RESPIRO E' VITA**, non solo perché ci assicura un adeguato ricambio di ossigeno, senza il quale non potremmo sopravvivere, ma soprattutto perché attraverso di esso ci carichiamo di **PRANA**, l'energia che sta alla base dell'esistenza e che ci connette con il Divino.

Pranayama è l'arte yogica di conoscere e disciplinare il respiro: essa permette di raggiungere benessere psico-fisico, flusso equilibrato delle energie, controllo della mente e armonia interiore.

Il seminario, essenzialmente pratico, si articola in cinque incontri, durante i quali i partecipanti saranno guidati in un percorso che comprenderà:

- Semplici asana ed esercizi dinamici per migliorare e sviluppare l'attività respiratoria e la capacità polmonare.
- Pratiche di consapevolezza e controllo del respiro.
- Pranayama classici: ujjayi, nadi shodana, bhastrika, kapalbhati, brahmari, ognuno dei quali finalizzato ad obiettivi diversi, come il rilassamento, la ricarica, l'equilibrio delle energie sottili.
- Importanza ed uso dei bandha.
- Costo del corso 250,00 Euro
- Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti),
- Al termine del corso verrà rilasciato un'attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.
- Il corso è articolato in otto incontri di 3 ore ciascuno

Fra un incontro e l'altro l'allievo potrà praticare le tecniche acquisite, in modo da prepararsi all'incontro successivo. Sarà un cammino lento e scrupolosamente organizzato per ottenere un ottimo controllo della propria capacità respiratoria, energetica e vitale.

Corso Professionale per Insegnanti di Hatha Yoga



Programma Corso Professionale per insegnanti di Hatha Yoga I Livello RYT 200

Tot 256 h (superiore ai requisiti internazionali per corsi di Insegnate Hatha Yoga della Yoga Alliance.) distribuite in 32 giornate (8 ore fra teoria e pratica) durante i fine settimana (due sabati al mese). La frequenza è obbligatoria (*).

Il corso è supportato da Video, Foto, Appunti Online con tutte le informazioni e nozioni apprese durante le lezioni. Ciascun Allievo avrà una propria password per potere entrare nella sezione dei Download e scaricare le pratiche, tavole delle asana con video relativi, tavole sui Chakra, Pranayama, Mantra e tutte le informazioni che verranno date a lezione. Biennio di 16 incontri ad anno accademico.

Gli argomenti studiati e praticati saranno i seguenti:

- Asana
- Diversi stili di Yoga
- Pranayama
- Mudra
- Bandha
- Kriya
- Shat Karma
- Yoga Nidra
- Staya Kairyam (Immobilità)
- Dharana,
- Pratyahara.
- Mantra
- Anatomia
- I Chakra.
- Ida, Pingala e Shushumna.
- Fisiologia nell'ottica della asana.
- **Insegnamento:**
- metodologie,
- osservazione,
- correzione,
- ruolo dell'insegnante
- Praticantato: Assistenza alle lezioni con sostituzioni programmate.
- Basi Filosofia indiana e Medicina Ayurvedica. (Guna, Dosha, Prakriti) in relazione con la pratica Yogica.
- Studio dei testi classici, in particolar modo: Yoga Sutra di Patanjali.
- Cenni di Marketing: come gestire un Centro Yoga.

Le ore di corso saranno così suddivise:

Tecniche di formazione / pratica (125 ore)

Include asana, pranayama, kriya, mudra e bandha. Tecniche yoga tradizionale. Queste ore sono un mix tra:

- formazione analitica su come insegnare e praticare le tecniche
- pratica guidata delle stesse tecniche.
-

Metodologia di insegnamento (50 ore) Include principi di dimostrazione, osservazione, assistenza e correzione, l'istruzione, gli stili di insegnamento, le qualità di un insegnante, il processo di apprendimento dello studente e gli aspetti di business di insegnamento dello yoga.

Anatomia e Fisiologia (25 ore) Comprende sia l'anatomia umana fisica e fisiologia (sistemi del corpo, organi, ecc) e di anatomia e fisiologia di energia (chakra, nadi, ecc.) Comprende sia lo studio del soggetto e l'applicazione dei suoi principi alla pratica dello yoga (benefici, le controindicazioni, i modelli di sano movimento, ecc.)

Yoga Filosofia, Stile di vita ed Etica per Insegnanti di Yoga (30 ore) Comprende lo studio delle filosofie yoga, yoga stile di vita e l'etica per insegnanti yoga. Pratica di insegnamento, ricevere feedback, osservando gli altri insegnare fornendo feedback. Assistenza agli studenti, mentre qualcun altro è l'insegnamento.

<p>Ogni 4 mesi ci sarà un piccolo esame di verifica sulle nozioni apprese sia pratiche che teoriche.</p> <p>E' necessario seguire un corso di Yoga (una volta a settimana) con certificazione dell'insegnante.</p>	<p>Praticantato (20 ore) Ciascun studente insegnante dovrà effettuare delle lezioni personali a gruppi omogenei di allievi seguendoli in tutte le fasi della lezione stessa.</p> <p>Il lavoro del maestro di Yoga (6 ore) Cenni sull'aspetto di inquadramento fiscale, le Associazioni culturali, Partita IVA, codice deontologico dell'insegnante.</p> <p>TOTALE 256 ore</p>
--	--

Alla fine del corso, per il rilascio dell'diploma di Insegnante di Hatha Yoga, l'esame comprenderà tre prove:

- Questionario a cui rispondere.
- Tesina finale di un minimo di 20 pagine A4 sulla disciplina Yogica.
- Pratica delle Asana, e lezione pratica ad un gruppo di allievi.

Alla fine del corso e con il conseguimento del Diploma di Insegnante Hatha Yoga ci sarà la possibilità di essere inseriti nell' Albo Maestri Yoga A.M.Y. con RYT 200 (RYT = Registered Yoga Teacher, Insegnante Yoga Registrato, o meglio Certificato).

Prezzo dell'intero corso biennale 2560,00€ (10,00€/ora)

Così distribuite:

I° Anno

160,00 Euro al mese per otto mesi. 1280,00 €

II° Anno

160,00 Euro al mese per otto mesi. 1280,00 €

—————

Tot. 2560,00€

(*) Per accedere all'esame finale si possono fare assenze per un massimo del 10% del totale monte ore biennale. Superando questa quota non si è ammessi all'esame per il conseguimento del diploma da Insegnante Hatha Yoga.

REIKI



Il **REIKI** è una forma antichissima di conoscenza, già adottata in Tibet millenni fa dai monaci, e riscoperta nel XIX secolo dal Dott. Mikao Usui, che ritrovò la formula in un vecchio monastero consultando antiche scritture sanscrite risalenti a 2500 anni prima. Il Reiki non è una religione né una filosofia ma è il metodo più veloce per avvicinarsi al Divino, poichè è un ponte tra il REI (la forza universale che ci ha creato) e il KI (la nostra forza individuale).

E' molto facile da praticare e possono accedervi tutti, dal momento che non servono poteri speciali. Chi pratica il Reiki è canale di ENERGIA UNIVERSALE di VITA. Il Reiki è come un abbraccio di Amore profondo che guarisce molte malattie, la maggior parte delle quali ha origine psicosomatica.

KARUNA REIKI ® non è un'alternativa al Reiki di Usui, ma un suo completamento ed arricchimento, quindi solo chi possiede il secondo livello di Reiki di Usui può accedervi. La parola Karuna è un termine "sanscrito" traducibile come "azione compassionevole". Si tratta di un metodo di guarigione che agisce ad un livello di frequenza energetica più elevata, e quindi più profonda, poiché utilizza le energie dei Maestri asceti. Con questa energia, chi opera Karuna Reiki non è un semplice canale, ma agisce in sintonia con i Maestri di Luce, diventando tutt'uno con l'energia stessa.

Durata del Corso: Sabato e Domenica mezza giornata o Giornate intere in relazione al numero dei partecipanti.

Si effettuano seminari di I e II livello.

Seminario I Livello ReiKi di Usui	250,00 Euro
Seminario II Livello ReiKi di Usui	400,00 Euro
Seminario I e II Livello karuna ReiKi	300,00 Euro/per ciascuno

Massaggio Antistress



Programma del corso:

Lo Stress e i suoi derivati

Il Massaggio ed i suoi benefici

Introduzione all'aromaterapia e utilizzo oli essenziali.

Sequenza completa posizione supina e prona- Pratica.

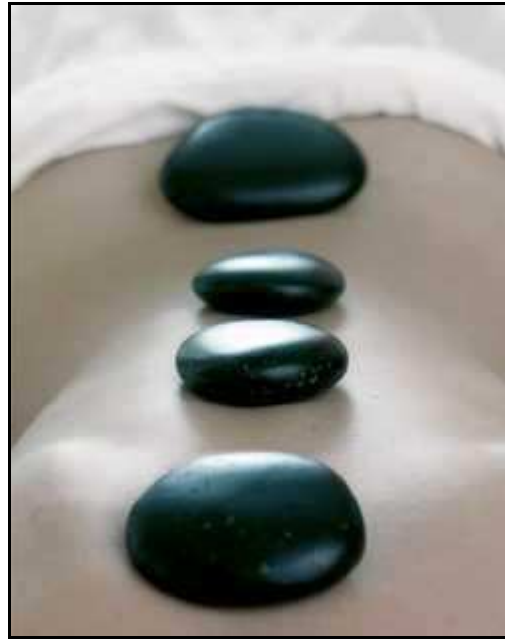
Numero Massimo di partecipanti 8 persone.

Docente del corso: Roberto Boschini

Durata del corso 8 ore (dalle h 10,00 alle h 19,00 con pausa pranzo)

- **Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.**
- **Costo del corso 180,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).**

STONE MASSAGE



Programma del corso:

Lo Stone Massage nella tradizione dell'arte del massaggio

Scelta delle pietre in relazione alle parti del corpo da trattare

Metodiche di riscaldamento delle pietre (Hot Stone Massage) e applicazioni.

Metodiche di raffreddamento delle pietre (Cold Stone Massage) e applicazioni

Sequenza completa di massaggio:

Posizione supina del ricevente

Posizione prona del ricevente.

- **Durata del corso 8 ore (Una giornata intera dalle 10,00 alle 19,00 con pausa pranzo)**
- **Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge**
- **Costo del corso 180,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).**

NEERABYANGAM



Il linfodrenaggio con tecniche ayurvediche.

Programma del corso

- Cenni sui Guna, Dosha e Prakriti.
- Sistema linfatico.
- Apertura stazioni linfatiche primarie.
- Sequenza completa del trattamento da supino e prono.
- Pratica con scambio di massaggio.
- Durata del corso 8 ore
- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.
- Costo del corso 180,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico.



TRATTAMENTO DELLA SCHIENA

Programma del corso:

Analisi della schiena sulla base del tridosha.

La posizione del ricevente e del massaggiatore

Sequenza completa: trattamento della schiena.

- Durata del corso 8 ore (Una giornata)
- Costo del corso 180,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti), pausa pranzo con rinfresco a base di frutta.
- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge

Corso di Copettazione: Cupping massage.



Programma del corso:

- **Tecnica di utilizzo delle Coppette per massaggio antiestetismi e cellulite.**
- **Zone da trattare.**
- **Sequenza completa di massaggio dinamico posizione prona.**
- **Sequenza completa di massaggio dinamico posizione supina.**
- **Tecnica statica di applicazione delle coppette schiena, addome.**
- **Durata del Corso: 8 Ore di pratica.**
- **Costo del Corso 180,00 Euro**

Shiro Byangam



Programma del corso:

- **Breve descrizione dei Guna, Dosha e Prakriti**
- **Scelta dell'olio per il massaggio.**
- **Massaggio completo del cuoio capelluto e capelli.**
- **Pratica con scambio massaggio**
- **Zone da trattare.**
- **Durata del Corso: 8 Ore.**
- **Costo del Corso 180,00 Euro.**

PINDA SVEDA



L'uso dei "Pinda" è una tecnica antichissima Indiana che permette di abbinare all'arte del massaggio le qualità curative di erbe e spezie, tramite l'utilizzo di "Sacchetti" appositamente preparati. Si massaggiano le varie parti del corpo tramite l'utilizzo di questi Sacchetti che possono essere utilizzati sia a "secco" che con l'utilizzo di vari oli diversi.

Imparare ad effettuare un buon trattamento Pinda Sveda (o Pinda Swedana) completa la professionalità dell'operatore olistico, ed in questo caso del massaggiatore ayurvedico.

Programma del corso

- Cosa sono i Pinda.
- Come si preparano.
- Come si effettua il massaggio: gambe, addome, schiena.
- Durata del corso 8 ore
- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.
- Costo del corso 180,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico.

Occorre portare il seguente materiale:

- 1 Kg di riso bianco.
- 1 Kg di sale grosso da cucina.
- 4 pezzi di stoffa (cotone) bianca di circa Cm 50X50.
- 1 rotolino di corda (tipo quella per fare gli arrostiti).
- 1 boccetta di olio di mandorle dolci normale.
- 1 Pentolino rotondo basso con manico

Massaggio ayurvedico

Massaggio Ubatan



Programma del corso:

Uso degli Ubatan come trattamenti anti vata,pita e kapha.

Preparazione Ubatan.

Sequenza completa con ubatan.

Ubatan estetici e loro applicazione. – pratica-

- **Durata del corso 8 ore (una giornata dalle h 10,00 alle h 19,00 con pausa pranzo)**
- **Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge**
- **Costo del corso 180,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).**

Riflessologia Plantare

MASSAGGIO ENERGETICO SPIRITUALE

Di Sri Govindan



Programma del corso

Analisi dei chakra.

I chakra e loro caratteristiche psichiche.

Sequenza completa del Maestro Govindan.

Il massaggio energetico spirituale di Sri Gvindan. – pratica-

- Durata del corso 4 ore (1 pomeriggio dalle h 14,30 alle h 18,30 con pausa pranzo)
- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge
- Costo del corso 90,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).

Portare: Un lenzuolino a testa, una boccetta di olio di mandorle dolci normale, Una tuta.

Corso base di Shiatsu.



A CHI E' RIVOLTO?

Il corso è rivolto a tutti coloro che vogliono iniziare la pratica dello Shiatsu, antica arte Giapponese di riequilibrio energetico, per capire se realmente questa tecnica fa parte della propria essenza, senza comunque investire grandi somme di denaro e di tempo. Sarà un trampolino di lancio verso i corsi professionali triennali.

Al termine del corso si è comunque in grado di effettuare la corretta tecnica di pressione che caratterizza lo Shiatsu e un completo trattamento su tutto il corpo per un suo riequilibrio globale.

Programma del corso:

Lo Shiatsu tecnica specifica di pressione: origini, evoluzione e caratteristica specifica.

LA PERPENDICOLARITA', PRESSIONE GRADUALE E COSTANTE.

Tecnica di utilizzo del palmo:

Passeggiata con ricevente prono.

Passeggiata con ricevente supino.

Trattamento palmare con ricevente in decupito laterale.

Tecnica di utilizzo del pollice:

Trattamento della schiena e delle gambe in posizione prona.

Trattamento gambe e braccia in posizione supina.

Trattamento del collo.

Si effettua il trattamento del collo con il ricevente in posizione supina con tecnica di palmo e pollice.

Docente del corso: Roberto Boschini (Diploma triennio professionale programma F.I.S a Milano)

Durata del corso 24 ore (Otto incontri dalle h 18,00 alle h 21,00 di mercoledì)

- **Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.**
- **Costo del corso 250,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).**

I 12 meridiani tendineo-muscolari.

Analisi energetica e riequilibrio.



A chi è rivolto?

Il corso è rivolto a chi già è pratico di tecniche Shiatsu o massaggiatori con esperienza, che desiderano approfondire le loro conoscenze per effettuare una corretta analisi energetica del ricevente prima di un trattamento Shiatsu o massaggio in generale (con varie tecniche orientali od occidentali).

Le tecniche e le conoscenze acquisite potranno così migliorare le proprie manualità con il raggiungimento di un equilibrio energetico in funzione del reale squilibrio del ricevente.

Programma del corso:

Individuazione dei 12 meridiani tendineo-muscolari.

Posizione del ricevente : seduta, supina, prona, decubito laterale.

Valutazione energetica dei 12 meridiani tendineo muscolari.

Riequilibrio del Vuoto e del Pieno nei 12 meridiani.

Docente del corso: Roberto Boschini (Diploma triennio professionale programma F.I.S a Milano)

Durata del corso 24 ore (tre incontri dalle h 10,00 alle h 19,00 con pausa pranzo)

- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.
- Costo del corso 250,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).

MEDICINA TRADIZIONALE CINESE



La Cina, nella sua antichissima tradizione Taoista, ha elaborato lo studio di tutti quei processi energetici all'interno del corpo umano (per analogia con gli eventi che regolano la natura ed il suo fluire) che, se in perfetto equilibrio conferiscono salute, forza, longevità e equilibrio psichico. Se invece il fluire delle energie è contrastato da un evento di qualsiasi genere dall'interno o dall'esterno del corpo, ecco che il malessere sia di tipo fisico che psichico avrà la meglio. La conoscenza e la consapevolezza di queste energie e delle "leggi" che ne regolano il loro fluire, possono da sole contribuire a migliorare se stessi. Il corso è rivolto a tutti: dal professionista (massaggiatore, estetista o terapeuta in genere) per integrare le proprie conoscenze e migliorare il proprio operato, alla persona comune che desidera vedere la grandiosità della vita con "occhi diversi" per poter vivere in armonia con la natura e gli altri.

PROGRAMMA DEL CORSO

1) YIN - YANG

- Polarità - Complementarietà - Relatività

2) LE CINQUE SOSTANZE FONDAMENTALI:

Le cinque sostanze e le loro relazioni reciproche

1) Qi (energie o soffi) :

- Concetto di Qi
- Qi nell'essere umano

2) Xue (Sangue) :

- Significato di Xue
- Contrapposizione Sangue Energia

3) Jing (Essenza) :

- Significato di essenza

4) Shen (Mente-Spirito) :

- Significato di Shen

5) Jin-Ye (Fluidi) :

- Concetto di Fluidi corporei

3) I 5 MOVIMENTI

- a) Significato generale di 5 movimenti e loro sviluppo a partire dalla dicotomia Yin-Yang.
- b) Breve descrizione delle caratteristiche di ognuno dei 5 movimenti
LEGNO, FUOCO, TERRA, METALLO, ACQUA.
- c) Correlazioni generali dei 5 movimenti ai fenomeni del Macrocosmo.
- d) Correlazioni specifiche ai fenomeni corporei.

4) LE SEI ENERGIE

- a) Significato generale delle sei energie e loro origine dalla dicotomia Yin- Yang.
- b) Breve analisi delle caratteristiche di ognuna delle sei energie del corpo umano e del cosmo : freddo, fuoco, secchezza, umidità, vento, calore.

5) ZANG FU (ORGANI E VISCERI)

- a) Conoscenza generale del significato di Zang Fu e loro legame con i canali energetici.
- b) Differenza fra Zang(Organo) e Fu(Viscere) e rispettive caratteristiche generali.
- c) Significato energetico generale di ogni Zang e del suo Fu accoppiato e loro funzioni principali secondo i testi classici :
FUOCO Cuore-Intestino Tenue; Ministro del Cuore-Triplice Riscaldatore
ACQUA Reni e Vescica
TERRA Milza e Stomaco
LEGNO Fegato e Vescica Biliare
METALLO Polmone e Intestino Crasso

6) TEORIA GENERALE DEI CANALI ENERGETICI

- a) Significato generale di canale energetico.
- b) I 12 canali principali ed il loro accoppiamento in termini di :
Alto-Basso (accoppiamento di livello energetico)
Interno - Esterno (accoppiamento nel Movimento).
- c) Schema generale di circolazione dell'energia nelle 24 ore.
- d) Conoscenza dell'esistenza di altri canali energetici e accenni su Vaso Concezione e Vaso Governatore.

- Durata del corso 24 ore (3 Domeniche dalle h 10,00 alle h 19,00 con pausa pranzo)
- Costo del Corso: 250,00 Euro . Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti), pausa pranzo con rinfresco a base di frutta.
- Al termine del corso verrà rilasciato un' attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.

La data della prima lezione è fissata dalla scuola, gli altri tre incontri saranno decisi assieme ai partecipanti nel rispetto delle esigenze di tutti.

Trattamento addome - Zone MU



A chi è rivolto?

Il corso è rivolto a chi già è pratico di tecniche Shiatsu o massaggiatori con esperienza, che desiderano approfondire le loro conoscenze per effettuare una corretta analisi energetica del ricevente prima di un trattamento Shiatsu o massaggio in generale (con varie tecniche orientali od occidentali). E' rivolto anche a Medici e altri operatori del settore che desiderano ampliare le proprie conoscenze in una visione più olistica e globale del proprio "paziente".

Sapere valutare la condizione energetica dell'addome, secondo le zone riflesse di Masunaga, è fondamentale per poi decidere la tipologia di trattamenti da effettuare.

Programma del corso:

Significato delle zone riflesse degli organi sull'addome.

Identificazione delle zone Riflesse (Zone MU)

Tecnica corretta per l'ascolto: Postura, Respiro, Entrare e Uscire.

Riequilibrio energetico delle Zone Mu.

Riequilibrio energetico tramite i meridiani energetici profondi.

Docente del corso: Roberto Boschini (Diploma triennio professionale programma F.I.S a Milano)

Durata del corso 5 ore (un incontro dalle h 14,00 alle h 19,00)

- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.
- Costo del corso 70,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).

Trattamento schiena - Zone SHU



A chi è rivolto?

Il corso è rivolto a chi già è pratico di tecniche Shiatsu o massaggiatori con esperienza, che desiderano approfondire le loro conoscenze per effettuare una corretta analisi energetica del ricevente prima di un trattamento Shiatsu o massaggio in generale (con varie tecniche orientali od occidentali). E' rivolto anche a Medici e altri operatori del settore che desiderano ampliare le proprie conoscenze in una visione più olistica e globale del proprio "paziente".

Sapere valutare la condizione energetica della schiena, secondo le zone riflesse di Masunaga, è fondamentale per poi decidere la tipologia di trattamenti da effettuare.

Programma del corso:

Significato delle zone riflesse degli organi sulla schiena.

Identificazione delle zone Riflesse (Zone SHU)

Tecnica corretta per l'ascolto: Postura, Respiro, Entrare e Uscire.

Riequilibrio energetico delle Zone Shu.

Riequilibrio energetico tramite i meridiani energetici profondi.

Docente del corso: Roberto Boschini (Diploma triennio professionale programma F.I.S a Milano)

Durata del corso 5 ore (un incontro dalle h 14,00 alle h 19,00)

- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.
- Costo del corso 70,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).

Trattamento collo - Cervicali



A chi è rivolto?

Il corso è rivolto a chi già è pratico di tecniche Shiatsu o massaggiatori con esperienza, che desiderano approfondire le loro conoscenze per effettuare un corretto trattamento del collo e di riequilibrio dei canali tendineo-muscolari ed e meridiani energetici profondi.

Programma del corso:

Analisi energetica dei canali tendineo-muscolari del tratto cervicale.

Individuazione dei meridiani energetici profondi del collo e viso.

Trattamento completo del collo:

da seduti ed in posizione prona con tecnica palmare, pinzatura e pollice.

Mobilizzazione del tratto cervicale.

Docente del corso: Roberto Boschini (Diploma triennio professionale programma F.I.S a Milano)

Durata del corso 5 ore (un incontro dalle h 14,00 alle h 19,00)

- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.
- Costo del corso 70,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).

Trattamento Rene.



A chi è rivolto?

Il corso è rivolto a chi già è pratico di tecniche Shiatsu o massaggiatori con esperienza, che desiderano approfondire le loro conoscenze. Il Rene, scrigno segreto che custodisce il Jing prenatale e postnatale, supporta e alimenta ogni processo energetico profondo. Il suo riequilibrio è fondamentale nel flusso armonioso del Chi in tutto il corpo.

Programma del corso:

Identificazione delle zone riflesse interessate sulla schiena e addome.

Riequilibrio in posizione supina.

Riequilibrio in posizione prona.

Trattamento completo di tonificazione del Rene con tecnica palmo-pollice.

Docente del corso: Roberto Boschini (Diploma triennio professionale programma F.I.S a Milano)

Durata del corso 5 ore (un incontro dalle h 14,00 alle h 19,00)

- Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza per tutti gli usi consentiti dalla legge.
- Costo del corso 70,00 Euro. Comprende tutto il materiale didattico, video didattici (ove previsti).

Moxa e coppettazione.



Programma del corso:

- **Tecnica di utilizzo delle Coppette per massaggio antiestetismi e cellulite.**
- **Zone da trattare.**
- **Sequenza completa di massaggio posizione prona e supina.**
- **Tecnica di utilizzo della moxa: lana e sigari di artemisia.**
- **Punti di applicazione della Moxa per il riequilibrio energetico.**
- **Durata del Corso: 5 Ore di pratica.**
- **Costo del Corso 70,00 Euro .**