

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

DURATA 20 ORE

Il corso di riflessologia plantare presenta un orientamento teorico-pratico che si basa su una moderna metodologia di insegnamento tale da consentire, al termine del corso, di conoscere le antiche mappe egizie, padroneggiare le tecniche di base ed utilizzare il massaggio ai piedi per prevenire, trattare dolori e problemi di salute.

MASSAGGIO TAILANDESE

DURATA 20 ORE

Il corso, prevalentemente pratico, permette di imparare le posture di base del massaggio thailandese, dando la possibilità di eseguire un trattamento completo in maniera armoniosa e con poco sforzo fisico da parte dell'operatore. Le finalità principali durante il corso base di Massaggio Tailandese sono:

- acquisire una manualità presente ma rilassata
- sviluppare la sensibilità sulle linee del corpo
- riconoscere le tensioni e contratture muscolari
- imparare ad usare il peso del proprio corpo in modo fluido ed armonioso

MASSAGGIO AYURVEDICO

DURATA 20 ORE

Il massaggio ayurvedico è uno degli strumenti di cui si serve l'ayurveda, antica scienza indiana della vita, per riportare una persona al proprio stato di equilibrio e benessere. E' basato su varie manualità con l'utilizzo di oli puri medicati, cioè arricchiti di sostanze vegetali dal potere curativo. L'ayurveda è una filosofia: la conoscenza dei principi di base, come i 5 elementi e i tri-dosha, sono indispensabili per entrare nel vivo del massaggio ayurvedico.

Per il massaggio ci sono delle sequenze da seguire e specifiche manualità che si differenziano a seconda della costituzione della persona. Impareremo ad ascoltare il nostro agio o la nostra scomodità nella postura e nelle differenti manualità al fine di trasmettere a chi riceve sensazioni di serenità e di rilassamento.

MASSAGGIO SHIATSU

DURATA 30 ORE

Verranno insegnati i fondamenti teorici e pratici dello Shiatsu. Gli allievi impareranno a percepire e comprendere l'energia vitale, le manifestazioni dei meridiani e le differenze individuali.

Programma:

Esercizi corporei e respirazione

Concetto Yin - Yang

Studio e conoscenza dei 12 meridiani e dei punti principali

Tabella parole chiave

Treatment completo in posizione prona - supina con palmi delle mani