



SHIATSU

SORGENTE.SHIATSUDO

CURRICULUM FORMATIVO





Sorgente Shiatsu Do - Scuola di Formazione per Operatori Shiatsu

Ente di formazione convenzionato APOS

Un percorso di studi triennale pratico-teorico. I primi due anni sono dedicati alla formazione di base, seguita da un anno di specializzazione professionalizzante.

1° anno - *Accordare il proprio strumento Corpo*

È l'inizio del cammino nello Shiatsu Do, in cui scoprire e sperimentare un nuovo modo di essere innanzitutto in relazione con se stessi e quindi con l'altro, praticando l'arte del contatto profondo attraverso la pressione Shiatsu.

Attraverso lo studio di 3 kata di base (sequenza di trattamento codificata), si costruiranno tecniche e capacità che porteranno l'allievo a poter offrire un trattamento piacevole ed efficace, adatto a una pratica amatoriale-familiare.

1° Kata "Hoko No Kata": pratica della pressione palmare, Uke (colui che riceve) in posizione prona e supina.

2° Kata "Tai Ju No Kata": pratica della pressione con palmi e pollici affiancati e sovrapposti (pressione singola) su specifici territori corporei, Uke in posizione prona, fianco e supina.

3° Kata "Ryo Atsu No Kata": pratica con palmi e pollici che premono su due punti differenti, (doppia pressione) lungo territori energetici conosciuti dalla tradizione orientale come "Jing Mai" ovvero i 12 meridiani principali. Uke viene trattato in posizione prona, fianchi, supina e seduto.

Tecniche complementari

- anatomia esperienziale: studio e conoscenza dell'anatomia attraverso il contatto;
- mobilità articolare in posizione supina, fianco, prona, seduti;
- pratica individuale: tecniche corporee di allineamento posturale, posizioni di base specifiche per la pratica dello Shiatsu, mobilità sulle principali articolazioni, pratiche sul respiro, esperienze di rilassamento profondo.

Basi di cultura orientale

- storia dello shiatsu: genesi, sviluppo e stili principali;
- basi di cultura cinese antica: origini e cenni storici della Medicina Tradizionale Cinese e dei 12 meridiani; filosofia taoista, concetti di Dao, Qi, Yin/Yang.



2° anno – Entrare in sintonia

Consolidare la base, approfondendone i diversi aspetti. Imparare a coniugare paradigmi culturali diversi con la pratica. Fisiologia occidentale e fisiologia energetica secondo i principi della medicina tradizionale cinese e le successive interpretazioni del M. Shitzuto Masunaga.

4° Kata “Hiji No Kata”: studio della pressione con avambraccio e gomito arricchire la pratica di nuovi strumenti e tecniche. Uke in posizione prona, fianchi, supina, seduta.

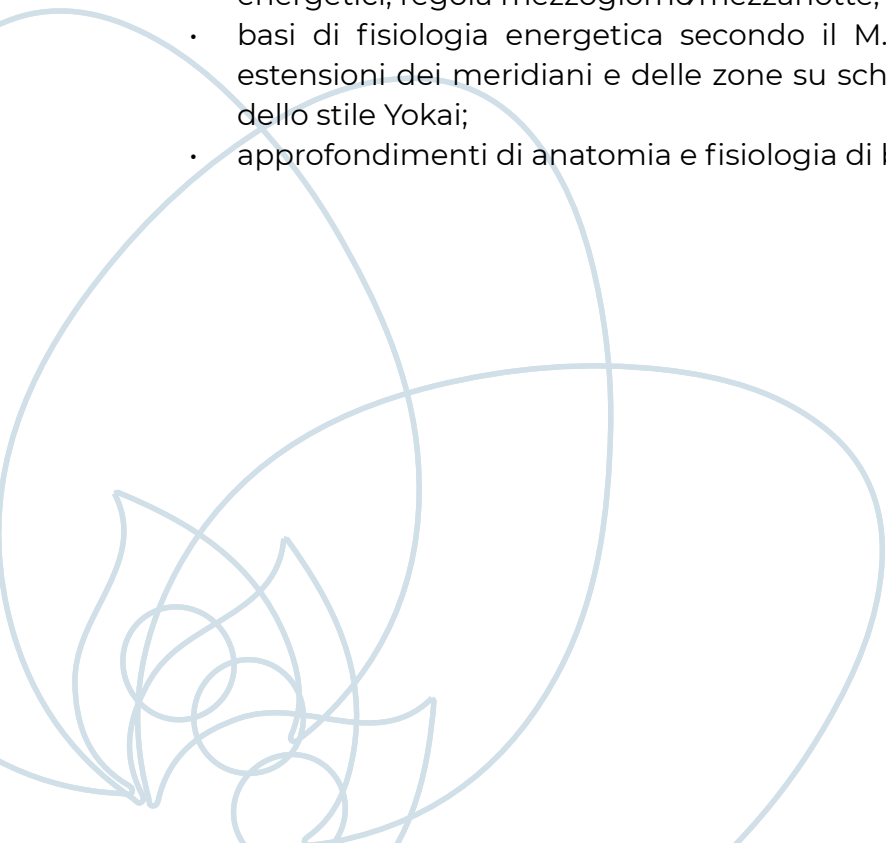
- impostare e gestire un trattamento mirato alla condizione vitale di Uke, attraverso l'utilizzo dei modelli interpretativi della fisiologia energetica orientale;
- affinare le tecniche di pressione per sviluppare percezione e ascolto.

Tecniche complementari

- mobilità articolare: approfondimenti;
- pratica individuale: tecniche corporee di movimento e respiro in relazione allo stimolo dei principali territori energetici.

Approfondimenti di cultura orientale e di fisiologia occidentale

- cultura cinese antica: Punti Shu e punti Mu, zang-fu (organi e visceri) livelli energetici, regola mezzogiorno/mezzanotte, le cinque fasi;
- basi di fisiologia energetica secondo il M. Shitzuto Masunaga: studio delle estensioni dei meridiani e delle zone su schiena e addome secondo la mappa dello stile Yokai;
- approfondimenti di anatomia e fisiologia di base dei sistemi del corpo umano.





3° anno - *Divenire Shiatsuka – Shiatsuka in divenire - dalla passione alla professione*

È la formazione professionale, quella che porta ad avere ampie e consolidate strategie di lavoro per confrontarsi con le molteplici condizioni del ricevente.

- La frequenza a questo corso è aperta anche ad operatori in formazione provenienti da altre scuole, che abbiano svolto almeno 500 ore di formazione tra lezioni frontali e pratica.

5° kata “Tanden no Kata”: tecniche di pressione evolute, (opposizione complementare), Uke in posizione semiprona

- trattamento a zone;
- armonizzazione addome e schiena (applicazione degli schemi interpretativi secondo la MTC);
- basi di pratica Shiatsu con uke in condizioni-fasi di vita particolari: maternità, infanzia-adolescenza, terza età, disabilità .

Tecniche complementari

- conoscenza delle strutture anatomiche in movimento che consentano di individuare i territori energetici utili per il trattamento shiatsu;
- pratiche individuali di rilassamento profondo e di meditazione.

Approfondimenti culturali tra oriente e occidente con il contributo di relatori esperti in discipline complementari allo shiatsu

- fisiologia energetica: i percorsi straordinari, i tendino muscolari, le cinque Emozioni;
- osteopatia, nutrizione, aromaterapia, riflessologia plantare.

- Questi approfondimenti potranno essere organizzati in base agli interessi della classe -

- Informazioni utili all'avvio dell'attività professionale: norme, fiscalità e sicurezza.
- Materiale didattico e bibliografia

Per ogni annualità verrà fornito il materiale didattico relativo al programma e suggeriti dei testi autorevoli per approfondire gli argomenti trattati.



Calendario e costi

I corsi hanno durata annuale.

Il 1° anno si sviluppa su 11 fine settimana per un totale di 150 ore frontali (10 fine settimana di 13 ore più un seminario conclusivo di 20 ore in 3 giornate).

Il 2° anno si sviluppa su 11 fine settimana per un totale di 150 ore frontali (10 fine settimana di 13 ore più un seminario conclusivo di 20 ore in 3 giornate).

Il 3° anno si sviluppa su 12 fine settimana per un totale di 200 ore frontali (11 fine settimana di 16 ore più un seminario conclusivo di 24 ore in 3 giornate).

A completamento del curriculum sono richieste 100 ore di pratica documentata per ogni annualità.

Info e contatti:



www.sorgente.cloud



shiatsu@sorgente.cloud



[sorgente.cooperativasociale](https://www.facebook.com/sorgente.cooperativasociale)



[sorgente.cooperativasociale](https://www.instagram.com/sorgente.cooperativasociale)



+39 334 817 1103

