



CORSO DI FORMAZIONE IN OPERATORE

MASSAGGIO AYURVEDICO DEI MARMA

“Katcha Thirummu”, originario del Kalaripayattu situato nel sud dell’India, è tra i massaggi ayurvedici quello che coniuga l’Ayurveda con lo Yoga stimolando i cosiddetti punti Marma, corrispondenti ai chakra e nadi dello yoga. Interviene quindi oltre sugli apparati anche sul prana (energia vitale) dell’individuo. E’ utilizzato da danzatori, praticanti di arti marziali, sportivi... in quanto è molto energetico ma al contempo rilassante. La tecnica usa digitopressioni, impastamenti, scivolamenti e drenaggi. **DATE: 6-7/6/2020 h. 9.30-18.30**

MASSAGGIO THAI

o Thailandese è anche detto Massaggio Yoga (Yoga passivo). Nato 2500 anni fa, è stato custodito dai monaci buddisti fino alla metà del secolo scorso ed ancora oggi si pratica nei templi. Combina i punti sen di digitopressione della medicina cinese con lo stretching delle posture Yoga.

Attraverso rotazioni, pressioni e stiramenti, eseguiti con le mani ma anche con l’ausilio di gomiti e piedi, scioglie le articolazioni e le contratture muscolari, favorendo il rilassamento del corpo e del sistema nervoso centrale. A livello sottile ristabilisce il naturale fluire del prana (energia vitale) nei canali energetici. **DATE: 30/11-1/12/2019 + 7-8/12/2019 h. 9.30-18.30**

MASSAGGIO CALIFORNIANO

è il Re dei Massaggi. Particolarmente rilassante è una vera e propria coccola. Anche definito come Massaggio Sensitivo, Massaggio Meditativo, Massaggio Anatomico, Massaggio rilassante psicosomatico, è quello che più di ogni altro insiste sulla nozione del contatto. Fluido ed avvolgente modella ed armonizza il corpo attraverso una vasta gamma di manipolazioni, rendendolo il più completo tra i massaggi. E’ una tecnica gestaltica che spostando l’attenzione dalla testa al corpo fa percepire la persona nella sua totalità.

DATE: 19/1/2020 + 25/1/2020 h. 9.30-18.30

LINFODRENAGGIO MANUALE

è un massaggio drenante che facilita il flusso dei liquidi in eccesso, eliminandone il ristagno; depura l’organismo e rinforza il sistema immunitario; favorisce la microcircolazione, combattendo la cellulite; nutre i tessuti, restituisce equilibrio idrico alle zone disidratate, rende la pelle luminosa e ha un effetto rilassante sui muscoli interessati da strappi o contratture; inoltre dona un benessere psicofisico generale poiché rilassando il sistema nervoso. **DATE: 21-22/9/2019 h. 9.30-18.30**

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

è una tecnica antichissima presente in Cina da oltre 3000 anni. Riflessologia letteralmente significa “scienza del riflesso”, in quanto stimola nel piede i punti riflessi di tutti gli organi del corpo, tonificandoli e rinforzandoli. **DATE: 22/2/2020 h. 9.30-18.30**

MASSAGGIO CINESE DEL VISO

combina tecniche di massaggio cinese tradizionale, l’uso di maschere naturali e la stimolazione dei Meridiani del viso e dei loro Punti, gli stessi utilizzati dall’Agopuntura. Oltre all’azione di bellezza sul viso, il massaggio regala una sensazione di rilassamento globale, agendo sul sistema energetico dei Meridiani. **DATE: 15/3/2020 h. 9.30-18.30**

CHAIR MASSAGE

ideato negli Stati Uniti, si sta ora diffondendo anche in Europa. Ha il vantaggio di essere un massaggio breve, economico, che non richiede di spogliarsi o di sdraiarsi. Viene praticato su una sedia ergonomica e per 10-15 minuti vengono trattate spalle, braccia, mani, schiena, anche, nuca e testa. E’ un efficacissimo metodo antistress che può essere proposto ovunque: negli ambienti lavorativi (aziende, uffici, studi, centri commerciali...) nelle pause pranzo o in collaborazione con studi medici, estetici... nelle sale d’attesa o anche a domicilio.

DATE: 28/3/2020 h. 9.30-13.30

ULTERIORI DATE SU RICHIESTA. ATTESTATI DI PARTECIPAZIONE.