

Corso di primo approccio al Massaggio Thai

Programma del corso base di 8 ore

Parte Teorica

Elementi di anatomia/fisiologia di base relativi al corpo umano.

Cenni storici sulla Medicina Tradizionale Cinese e i suoi diversi metodi di cura.

Cenni storici sul Massaggio THAI.

Concetto di autogestione del corpo in riferimento alle manovre di massaggio a terra (su tatami).

Influenza reciproca tra corpo e mente, e tra le parti razionale ed emotiva.

Segnali di gradimento e rifiuto della CNV (comunicazione non verbale).

Programma del corso avanzato di 16 ore

Parte Teorica

Elementi di anatomia/fisiologia di base relativi al corpo umano.

Cenni storici sulla Medicina Tradizionale Cinese e i suoi diversi metodi di cura.

Cenni storici sul Massaggio THAI.

Concetto di autogestione del corpo in riferimento alle manovre di massaggio a terra (su tatami).

Influenza reciproca tra corpo e mente, e tra le parti razionale ed emotiva.

Segnali di gradimento e rifiuto della CNV (comunicazione non verbale).

Parte Pratica

Esercizi di preparazione al movimento e di sensibilizzazione all'ascolto; dimostrazione da parte dell'insegnante; esecuzione e memorizzazione di ognuno dei gesti del massaggio preso singolarmente e all'interno di una sequenza;

Scambio tra gli allievi di singoli movimenti e semplici sequenze;

Primo approccio all'automassaggio;

Condivisione delle esperienze.

I corsi si svolgono in classi da 6 persone. Nessuna iscrizione o assicurazione richiesta.

Date dei corsi

Corso base: domenica 20.09.2020

Corso avanzato: sabato e domenica 26 e 27.09.2020