A.S.D. HATA MOTO MUMON A.P.S.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Via Vittorio Emanuele 52 – 20867 Caponago (MB) - codice fiscale 97293280158*

**LABORATORIO ESPERIENZIALE**

**TITOLO**: “MEISO SHIATSU: I SETTE PRINCIPI FONDAMENTALI”

**DATA**: 09 Novembre 2024

**DURATA**: 8 ore (8,30-12,30 e 13,30-17,30)

**DOCENTE**: Prof. Carlo Rocco Supervisor

**CREDITI: 16 ECP**

**Sottotitolo**: Invito ad una maggiore consapevolezza della propria pratica.

Nel laboratorio teorico-pratico proposto verranno trattati in modo molto analitico:

1. Studio e pratica dei *kata* fondamentali di Meiso Shiatsu;
2. I punti vitali;
3. Il riequilibrio energetico del nostro organismo tramite la stimolazione di alcune zone e alcuni punti specifici del nostro corpo;
4. Le relazioni tra organi e visceri secondo l’analisi della Medicina Tradizionale Cinese.

Studio pratico dei principi sopra citati tramite appositi esercizi e trattamenti specifici con l’utilizzo: della mano, del pollice, dei gomiti, delle ginocchia e dei piedi.

**L’esperienza comprende anche pratiche di autoshiatsu.**

 Maestro Carlo Rocco