

IES MAGAZINE

il notiziario dell'Istituto
Europeo di Shiatsu di Roma



© 2024 Istituto Europeo di Shiatsu

Titolo originale: IES magazine

Anno di pubblicazione: 2024

www.shiatsu-ies.eu

Tutti i diritti riservati.

È vietata ogni duplicazione, anche parziale, non autorizzata.

un po' di noi...



LA NOSTRA STORIA

dal 1989 a oggi

L'Istituto Europeo di Shiatsu è una scuola europea che nasce nel 1989 per opera di un gruppo di professionisti, è oggi presente in Germania, Austria e Italia con un programma di formazione comune.

La Formazione si basa sulla tradizione dello Zen Shiatsu di Shizuto Masunaga e contiene aspetti innovativi del Quantum Shiatsu di Pauline Sasaki.

La Sede di Roma dell'Istituto Europeo di Shiatsu (fondata da Gabriella e Lorenzo Poli) è una scuola riconosciuta dalla Federazione Italiana Shiatsu Insegnanti e Operatori Shiatsu, offre un programma di formazione amatoriale e un programma di formazione professionale per operatori shiatsu.

Il programma di formazione amatoriale, dedicato a coloro che intendono conoscere più in profondità il mondo dello Shiatsu senza farne una professione, è articolato su 5 livelli formativi.



LA NOSTRA STORIA

dal 1989 a oggi

Il programma di formazione professionale prevede invece sette livelli di studio, integrati da seminari di Medicina Tradizionale Cinese, Anatomia e Fisiologia occidentale, seminari monografici, incontri di pratica guidata e supervisionata, lezioni individuali, cicli di trattamenti ricevuti ed eseguiti.





LA FORMAZIONE

elementi di base

L'Istituto Europeo di Shiatsu propone un programma di formazione comune per tutte le sedi presenti in Europa con contenuti didattici in costante aggiornamento, arricchiti negli incontri internazionali annuali degli insegnanti, per garantire agli studenti una solida, completa e sempre aggiornata formazione.

L'Istituto Europeo di Shiatsu propone, inoltre, un successivo ed innovativo Master Post Diploma per accrescere e perfezionare la professionalità di tutti i diplomati shiatsu.

Le componenti di base del Percorso Formativo sono:

- corso teorico-pratico di shiatsu suddiviso su 7 livelli di studio ripartiti su almeno tre anni
- seminari di Medicina Tradizionale Cinese
- seminari di Anatomia e Fisiologia
- seminari monografici
- esercitazioni guidate
- tutorial con gli Insegnanti
- trattamenti ricevuti da uno o più diplomati della scuola



LA FORMAZIONE

elementi di base

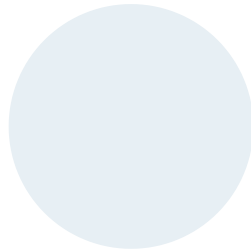
E' possibile modulare il percorso formativo rispetto alle proprie esigenze personali, grazie alle numerose possibilità che la Scuola offre (nella stessa sede come nelle altre sedi in Europa) per frequentare ogni singolo evento.





I 7 LIVELLI

di studio



Primo Livello

Il concetto di Ki-energia, Yin e Yang. Imparerai a riconoscere la tua energia vitale e in quale modo si manifesta nei meridiani, nel movimento del corpo e nelle abitudini. La postura e il suo significato energetico. L'approccio ai meridiani energetici con il palmo. La percezione del proprio centro (Hara) e il movimento che ha origine nell'Hara.



Secondo Livello

Le cinque fasi di trasformazione e le loro corrispondenze. L'approccio ai meridiani energetici con il pollice.



Terzo Livello

L'approccio ai meridiani energetici con avambracci, gomiti e ginocchia.



Quarto e Quinto Livello

Il sistema Masunaga, i meridiani estesi, il concetto di Kyo e Jitsu, la valutazione di Hara e della schiena.



Sesto Livello

Affina le tue capacità percettive, entra in contatto con l'energia dei meridiani, perfeziona la tua capacità di comprensione della relazione Kyo e Jitsu, del significato e utilizzo nel trattamento.



Settimo Livello

Discuti la tua tesi di studio su un ricevente seguito per 3 mesi.



*Quando è maggio,
tutto sembra possibile.*

EDITORIALE

Carissimi studenti,
è con grande gioia e un cuore traboccante di entusiasmo che vi diamo il benvenuto a Maggio!

Questo mese è come una brezza fresca che porta con sé vitalità ed energia, proprio come il primo fiore che spunta dalla terra dopo un lungo inverno.

È un momento di rinascita, un tempo in cui la natura stessa ci invita a riconnetterci con il mondo che ci circonda e a celebrare la meraviglia della vita.

I colori vivaci e i profumi travolgenti di Maggio ci avvolgono come una calda coltre, invitandoci a esplorare la bellezza del nostro ambiente e a lasciarci incantare dalla sua maestosità.

È un periodo perfetto per accogliere il cambiamento con braccia aperte, ispirati dalla saggezza millenaria dell'Oriente che ci insegna l'importanza di trovare l'equilibrio tra mente, corpo ed emozioni.

Non vediamo l'ora di condividere con voi tutto ciò che il mese di Maggio ha da offrire. Siamo qui per accompagnarvi lungo il vostro percorso verso il benessere e la consapevolezza, pronti a sostenervi in ogni passo del viaggio.

Che questo mese sia ricco di scoperte, gioia e serenità per ciascuno di voi.

Con affetto, Il team IES di Roma

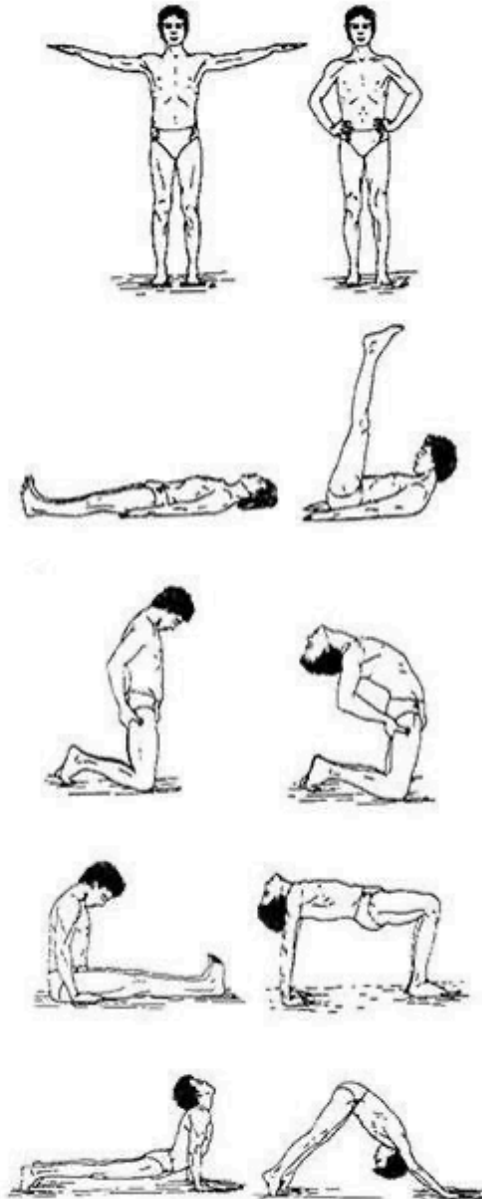
ATTIVATI

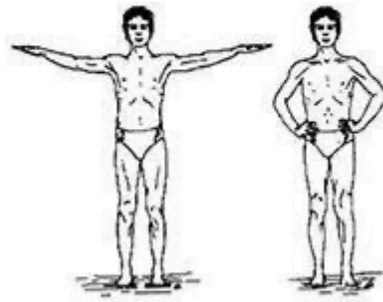
CON I 5 TIBETANI

Si tratta di una pratica di origini antichissime, che prevede la ripetizione di 5 esercizi utilissimi per migliorare la flessibilità del corpo, ritrovare il centro e attivare la propria energia vitale.

Un vero e proprio elisir di eterna giovinezza.

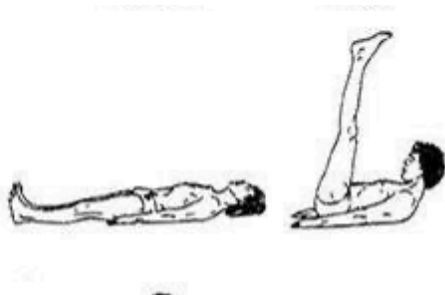
L'efficacia del rituale dipende dalla costanza: ogni esercizio va eseguito ogni giorno, per 21 volte (è bene iniziare con poche ripetizioni e incrementare di settimana in settimana), possibilmente di mattina, a digiuno e a piedi nudi, appena alzati dal letto.





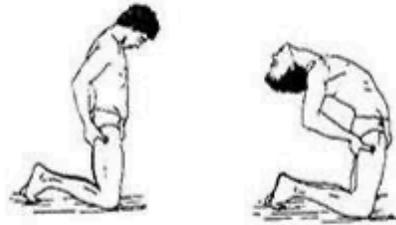
PRIMO TIBETANO

- Posizionati in piedi sul tappetino con le gambe leggermente divaricate.
- Solleva le braccia all'altezza delle spalle e allungale tenendole parallele al tappetino. Rivolgi i palmi verso il basso. I tuoi piedi dovranno essere saldamente aderenti alla superficie del tappetino.
- Con gli occhi aperti, fissa un punto davanti a te (cercalo dopo ogni rotazione per limitare il senso di vertigine), quindi inizia a ruotare tutto il corpo in senso orario, muovendo i piedi di un quarto di cerchio alla volta e restando sempre sullo stesso punto di partenza.
- Ripeti da 1 a 21 volte.
- Per concludere l'esercizio, resta in posizione eretta, con i piedi leggermente divaricati e unisci i palmi delle mani davanti al corpo (all'altezza del cuore) guardando i pollici. Questo ti aiuterà a ritrovare l'equilibrio.



SECONDO TIBETANO

- Distenditi sulla schiena, mantenendo le braccia lungo i fianchi.
- Inspira e solleva la testa, spostando il mento verso il petto. Contemporaneamente solleva le gambe verso l'alto, mantenendo le ginocchia dritte.
- Espira e abbassa lentamente la testa e le gambe nella posizione di partenza. Rilassa tutti i muscoli.
- Completa da 1 a 21 ripetizioni.



TERZO TIBETANO

- Raddrizza il busto e posiziona i palmi delle mani sulla parte posteriore delle cosce, appena sotto i glutei.
- Inspira e lascia cadere la testa indietro, inarcando la colonna vertebrale per aprire il petto.
- Espira e abbassa la testa in avanti, spostando il mento verso il petto. Tieni le mani dietro cosce durante l'intero rito.
- Esegui da 1 a 21 ripetizioni.



QUARTO TIBETANO

- Siediti con le gambe distese in avanti, lievemente divaricate, e mantieni il busto ad angolo retto.
- Sposta le punte dei piedi verso il soffitto e mantieni le braccia lungo i fianchi, con i palmi appoggiati sul tappetino.
- Inspira e premi mani e talloni a terra, alzando il bacino per formare una sorta di ponte.
- Mantieni le braccia tese e contra i glutei, fletti la testa indietro ed, espirando, torna alla posizione di partenza.
- Ripeti da 1 a 21 volte.



QUINTO TIBETANO

- Inizia stando a quattro zampe sul tappetino, ma sposta le mani leggermente in avanti rispetto alle spalle.
- Espira e sollevati, assumendo la posizione di una V rovesciata. Dovrai mantenere le piante dei piedi e i palmi delle mani ben saldi a terra, mentre braccia e gambe saranno tese.
- Inspira e riabbassa il bacino senza toccare terra, espira e sollevalo nuovamente.
- Esegui da 1 a 21 ripetizioni.

— LA RUBRICA *colgsi*

QUINTO LIVELLO

con Giovanna

Ovvero:

...del saper vedere con occhi nuovi, del non dare nulla per scontato, dei nuovi panorami e visioni più ampie, dei cambiamenti e trasformazioni inaspettate, del ricominciare ancora, delle nuove fioriture...

Una partecipazione incredibilmente attiva e intensa, gioiosa e piena di vitalità, di energia instancabile, di contatto, di curiosità... un gruppo splendido!
Grazie a tutti, ragazzi!

Giovanna

*"Bisogna vedere quel che non si è visto
Vedere di nuovo quel che si è già visto
Vedere in primavera quel che si è visto in estate
Vedere di giorno quel che si è visto di notte
Con il sole dove la prima volta pioveva
Vedere le messi verdi, il frutto maturo,
La pietra che ha cambiato posto
L'ombra che non c'era..."*

Josè Saramago

LA RUBRICA *corsi*

I NOSTRI NUOVI ALLIEVI DI QUINTO LIVELLO



“Bisogna trovare il proprio sogno perché la strada diventi facile.
Ma non esiste un sognoperfetto.
Ogni sogno cede il posto a un sogno nuovo,
e non bisogna volerne trattenere alcuno.”

HERMANN HESSE



Giovanna Ipsevich
DIRETTRICE DIDATTICA

MAGGIO

SHIATSU E FIDUCIA



In tanti anni di pratica grazie a tutte le persone che si rivolgono allo Shiatsu, e in anni di coinvolgimento in classe con i gruppi insegnando nei corsi di formazione, posso dire che il tema della fiducia nello Shiatsu è un tema molto importante, fondante, un faro che illumina la pratica e la relazione, un perno intorno al quale tutto ruota e tutto può crescere.

LA RUBRICA *energia e movimento*

La parola fiducia deriva da fidere, fidare, confidare: “atteggiamento, verso altri o verso sé stessi, che risulta da una valutazione positiva di fatti, circostanze, relazioni, per cui si confida nelle altrui o proprie possibilità, e che generalmente produce un sentimento di sicurezza e tranquillità”.

Direi anche qualcosa di più di un atteggiamento. Qualcosa che nel tempo, da un atteggiamento, diventa un valore che può far parte di ciascuno di noi, diventa parte delle nostre cellule. Si può perdere, certo... ma poi ritrovare, ancora e ancora.

Ho visto succedere tante cose quando il terreno è nutrito con la fiducia e quando riusciamo a coltivarla, talvolta anche nonostante le apparenze che ci dicono il contrario. Fiducia in sé stessi, nello Shiatsu, in coloro che hanno fatto Shiatsu prima di noi e la cui esperienza ci sostiene. E fiducia nel ricevente. Una fiducia “matura”, non assoluta, bastano dei semi di fiducia.

Lo Shiatsu sostiene le potenzialità della persona, sostiene la “vita”, e in quelle potenzialità c’è già tutto. A volte il ricevente ha solo bisogno di ricordarle, di riconoscerle.

E’ importante che il nostro lavoro come operatori sia affidabile, è l’operatore che per primo dà fiducia al ricevente, alle sue risorse, alle sue capacità. Forse la persona inizialmente non si affida ma non è tenuta a farlo! Non ci conosce, non conosce lo Shiatsu, è tutto nuovo. Forse semplicemente ha bisogno dei suoi tempi.

Ma noi possiamo mantenerla, la fiducia, possiamo raggiungere la persona con rispetto e con il nostro tocco sicuro intuire i “varchi”, intuire dove c’è uno spazio per raggiungerla ed incontrarla. Nel lavoro pratico non cerchiamo di vincere eventuali resistenze, che hanno comunque la loro ragione di esistere.

LA RUBRICA *energia e movimento*

Si accoglie quello che c'è, si inizia da dove è la persona, e anziché focalizzarsi sulle difficoltà ci focalizziamo sulle capacità, sulle potenzialità. Si inizia da dove c'è spazio. E si crea un dialogo silenzioso senza parole, un dialogo attraverso il tocco e il contatto.

Si genera un circolo virtuoso ed è poi il ricevente che fa i suoi passi, che sente il suo cambiamento e a partire da lì lo alimenta, lo favorisce. Si diventa alleati.

Parlando di insegnamento lo stesso cambiamento lo vedo in classe con i gruppi di studenti che seguono il percorso formativo. E' un'esperienza semplicemente appassionante, arricchente. Ricevo così tanto dagli allievi e dai gruppi, quanta gioia e forza! E' una continua spinta e motivazione nel trasmettere agli altri quello che a mia volta ho generosamente ricevuto. Una spinta a crescere a mia volta, a mettermi in gioco, a continuare a studiare e approfondire. Quanto entusiasmo e passione vedo negli occhi di questi ragazzi e ragazze di tutte le età, e quanto il loro shiatsu cresce quando circola l'energia della fiducia.

Tempo fa un'amica molto cara mi ha fatto conoscere una bellissima poesia di Danilo Dolci, sociologo e poeta vissuto nel secolo scorso, intitolata "Ciascuno cresce solo se sognato". Nell'ultimo verso della poesia è scritto:
"C'è pure chi educa, senza nascondere l'assurdo che è nel mondo, aperto ad ogni sviluppo ma cercando di essere franco all'altro come a sé, sognando gli altri come ora non sono: ciascuno cresce solo se sognato".

Queste parole sono state come una folgorazione! Cercando di essere franco a sé e all'altro... essere autentici, dunque.

— LA RUBRICA *energia e movimento*

E mi sono tornati in mente i momenti in cui la fiducia ricevuta – da insegnanti, famiglia, amici – mi ha mostrato qualcosa che forse in quel momento ancora non vedevo o che era nascosta da qualche parte.

Quando ci sentiamo “visti”, e appunto “sognati”, possiamo crescere ed evolvere.

Forse quel qualcosa ancora non è espresso, ma è un seme che a volte l'altro vede e intuisce prima di noi, e ci può ricordare chi siamo veramente. Tutto questo mi risuona tantissimo con gli studenti, ma anche se in una sfumatura diversa riguarda anche l'esperienza con i riceventi.

E in quella capacità di vedere oltre, di intuire quello che già è lì ma che ancora è acerbo, c'è l'essere sognati. Quanta forza c'è in quella visione, la forza che può dare l'avvio a un potenziale inespresso che aspetta solo quella piccola spinta per germogliare e fiorire.

LA RUBRICA *energia e movimento*

*La casa perduta che stiamo cercando siamo noi stessi.
E' la storia che portiamo dentro la nostra anima".*

Michael Meade





Silvia Bolognese
BUSINESS COACH & TRAINER

ANNI FOTOCOPIA?

NO, GRAZIE

Non sei stanco di giocare alla guerra sui prezzi con i competitor, di non essere riconosciuto per il tuo valore come professionista, di non ottenere dal tuo lavoro i guadagni che desideri?



Se ti senti intrappolato in quello che sembra essere un ciclo infinito di "anni fotocopia", in cui ogni anno sembra essere una replica del precedente senza alcun reale progresso o cambiamento, non sei solo.

Questo fenomeno è comune tra coloro che lavorano in proprio, ma c'è speranza.

Oggi esploreremo come rompere questo ciclo e portare nuova vitalità e crescita al tuo lavoro.

— LA RUBRICA *mindset*

Rifletti sul Passato

Il primo passo per rompere il ciclo degli "anni fotocopia" è riflettere sul passato: acquisisci maggiore consapevolezza dei modelli e delle dinamiche che hanno caratterizzato il tuo percorso fino a quel momento.

Questa consapevolezza è il punto di partenza per il cambiamento, poiché ti fornisce le informazioni necessarie per identificare le cause alla base del tuo stato attuale.

Analizzare attentamente gli ultimi anni ti consente di individuare i modelli ricorrenti, le abitudini e le situazioni che si ripetono, fornendo così preziose informazioni su azioni e decisioni passate.

Questo ti aiuta a comprendere meglio il motivo per cui ogni anno sembra essere una replica del precedente: potrebbero esserci schemi comportamentali consolidati, convinzioni limitanti o mancanza di strategie efficaci che ti tengono intrappolato in una sorta di loop temporale.

Capire questo motivo è essenziale per il cambiamento perché ti consente di individuare i punti critici in cui intervenire per interrompere il ciclo degli "anni fotocopia".

— LA RUBRICA *mindset*

Puoi identificare quali abitudini o comportamenti dovresti modificare, quali nuove strategie dovresti adottare e quali aree della tua vita professionale dovresti approfondire o migliorare.

Inoltre, la riflessione sul passato ti offre l'opportunità di imparare dalle tue esperienze, valutare ciò che ha funzionato e ciò che non ha funzionato e trarre insegnamenti utili per il futuro, evitando di ripetere gli stessi errori e adottando approcci più efficaci e orientati ai risultati.

È solo attraverso questa consapevolezza e apprendimento che puoi intraprendere un percorso di cambiamento significativo e duraturo nella vita professionale.

— LA RUBRICA *mindset*

Identifica le tendenze negative

Durante questa fase di analisi, è essenziale esaminare attentamente le abitudini, le mentalità e le azioni che potrebbero aver contribuito al mantenimento dello status quo e alla ripetizione degli stessi risultati anno dopo anno.

Una delle tendenze negative che più spesso mi capita di riscontrare nei professionisti è la mancanza di pianificazione: se non hai obiettivi chiari o un piano d'azione ben definito, è facile cadere nella trappola della routine e della stagnazione. Senza una direzione chiara, è difficile ottenere risultati significativi e progredire.

Un'altra tendenza negativa è la paura del cambiamento, molte persone tendono a restare nella loro zona di comfort per paura dell'incertezza o della possibilità di fallire.

Questa paura può impedire loro di esplorare nuove opportunità, di adottare nuove strategie o di fare cambiamenti necessari per lo sviluppo professionale.

La mancanza di innovazione è un'altra tendenza negativa che potrebbe contribuire al ciclo degli "anni fotocopia": se continui a fare le stesse cose nello stesso modo, è improbabile che otterrai risultati diversi.

— LA RUBRICA *mindset*

È importante essere aperti all'innovazione e alla sperimentazione, cercando continuamente modi per migliorare e crescere nel lavoro.

La mancanza di autoconsapevolezza può essere un'altra tendenza negativa che ostacola il progresso: se non sei consapevole dei tuoi punti di forza, delle tue debolezze e dei tuoi modelli comportamentali, è difficile apportare i cambiamenti necessari per migliorare.

È importante fare un esame di coscienza e cercare di comprendere appieno chi sei e cosa vuoi raggiungere nella tua carriera.

Una volta identificate queste tendenze negative, è fondamentale affrontarle e superarle.

Ciò potrebbe richiedere un lavoro su te stesso, come migliorare le tue capacità di pianificazione, affrontare le tue paure o sviluppare la capacità di innovare.

— LA RUBRICA *mindset*

Fissa Obiettivi Chiaro e Definiti

Troppo spesso, ci si trova bloccati nella routine e nella stagnazione perché non si ha una chiara visione di ciò che si vuole raggiungere e di come si intende farlo.

Senza obiettivi chiari, è facile lasciarsi trasportare dagli eventi e dalle richieste quotidiane, perdendo di vista ciò che è veramente importante per te e per il tuo successo professionale. Fissare obiettivi specifici, misurabili, realistici e concreti permette di definire con precisione cosa vuoi ottenere e di concentrare le tue energie e risorse su ciò che conta davvero.

Gli obiettivi dovrebbero ispirarti e motivarti, spingendoti a compiere azioni concrete per raggiungerli. Devono essere sfidanti ma realistici, in modo da stimolarti a dare il massimo senza sentirti sopraffatto. Inoltre, devono essere misurabili, in modo da poter valutare i progressi e apportare eventuali correzioni di rotta lungo il cammino.

Fissare obiettivi chiari e definiti aiuta anche a dare un senso di direzione al tuo lavoro, sono una sorta di bussola per orientarti e una motivazione per agire. Quando hai obiettivi chiari davanti a te, diventa più facile prendere decisioni e pianificare le azioni in modo da avvicinarti sempre di più all'obiettivo.

— LA RUBRICA *mindset*

Sii Aperto al Cambiamento e All'Innovazione

In un mondo in costante evoluzione, resistere al cambiamento significa rimanere indietro e rischiare l'obsolescenza; al contrario, essere aperti al cambiamento consente di adattarsi alle nuove sfide e opportunità che si incontrano lungo il percorso professionale.

Il cambiamento è una costante inevitabile nella vita professionale e personale.

Essere aperti al cambiamento significa accettare e abbracciare questa realtà anziché resistere ad essa, ciò permette di adattarsi rapidamente alle nuove circostanze e di trovare soluzioni innovative ai problemi che dovessero sopraggiungere.

L'innovazione è essenziale per rimanere competitivi e per distinguersi dalla concorrenza.

Essere aperti a nuove idee, approcci e tecnologie consente di trovare modi migliori e più efficaci per svolgere la propria attività e di offrire valore aggiunto ai clienti.

— LA RUBRICA *mindset*

Essere aperti al cambiamento e all'innovazione richiede flessibilità mentale e la capacità di lasciare andare vecchie abitudini e convinzioni che potrebbero ostacolare il progresso, significa essere disposti a mettere in discussione certezze e ad esplorare nuove possibilità, anche se possono sembrare intimidatorie o fuori dalla zona di comfort.

L'opportunità è quella di imparare e crescere costantemente nel lavoro: ogni nuova esperienza, sfida o fallimento è un'opportunità di apprendimento che permette di acquisire nuove competenze e di migliorare le capacità.

— LA RUBRICA *mindset*

Investi in Te Stesso e nel Tuo Sviluppo Professionale

In una società che ha fatto del cambiamento il suo leit motiv, per rimanere competitivi è essenziale continuare a crescere e a imparare.

Investire in se stessi significa dedicare tempo, risorse e impegno per migliorare le proprie capacità, competenze e conoscenze, attraverso corsi di formazione, seminari, conferenze, libri, mentoring e coaching professionale.

Il mondo del lavoro è sempre più competitivo e dinamico, e chi resta fermo rischia di essere superato dalla concorrenza. Investire in se stessi ci consente di rimanere al passo con i tempi e di anticipare le tendenze future nel nostro settore.

— LA RUBRICA *mindset*

Celebra i Successi e impara dagli Insuccessi

Troppo spesso, ci si concentra solo sugli obiettivi futuri senza prendere il tempo necessario per riflettere sui successi che raggiunto e sui fallimenti da cui abbiamo imparato.

Eppure, sia i successi che gli insuccessi offrono preziose opportunità di crescita e apprendimento che possono essere sfruttate per migliorare e prosperare nel futuro.

Celebrare i successi è importante perché riconosce e valorizza il duro lavoro, la dedizione e il talento che hai messo nel raggiungere gli obiettivi.

Ogni successo, grande o piccolo, merita di essere celebrato e festeggiato.

Questo aiuta a mantenere alta la motivazione, a rafforzare la fiducia in sé stessi, mantenere un atteggiamento positivo verso il lavoro, consente di fermarsi un momento e apprezzare il viaggio che si è compiuto finora.

Imparare dagli insuccessi è altrettanto importante: ogni fallimento contiene preziose lezioni che possono aiutarti a crescere e migliorare, ogni insuccesso è un'opportunità di apprendimento e crescita personale.

Con i migliori auguri per il tuo successo,
Silvia

BOOK CLUB

OGNI MESE UN LIBRO SUL COMODINO

IL BOOK CLUB è l'occasione per cominciare o ri-cominciare a immergere testa, cuore e pancia nella lettura: un libro al mese da approfondire ed esplorare, condividere, commentare...



**INVIA A info@shiatsu-ies.eu I TUOI
SUGGERIMENTI PER IL PROSSIMO LIBRO**



PLANNING MENSILE

maggio 2024

*Nella meditazione Zen il flusso di pensieri
è libero di scorrere, senza alcuna direzione prestabilita.*

LUN

MAR


MER

GIO

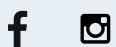
VEN

SAB

DOM

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
29	30	01 	02	03	04 TERZO LIVELLO	05 TERZO LIVELLO
06	07	08	09	10	11 PRATICA L1 PRATICA L4	12 PRATICA L5 - L6
13	14	15	16	17	18 TERZO LIVELLO	19 TERZO LIVELLO
20	21	22	23	24	25 SECONDO LIVELLO	26 SECONDO LIVELLO
27	28	29	30	31		

[Consulta qui il programma completo di pratiche e seminari](#)



I PROSSIMI EVENTI

MAG	4 - 5 MAGGIO 2024	TERZO LIVELLO
MAG	11 MAGGIO 2024	PRATICA L1 - L2 - L3 (ORE 9.00 - 13.00)
MAG	11 MAGGIO 2024	PRATICA L5 - L6 (ORE 14.00 - 20.00)
MAG	12 MAGGIO 2024	PRATICA L4 (ORE 9.30 - 16.30)
MAG	18 - 19 MAGGIO 2024	TERZO LIVELLO
MAG	25 - 26 MAGGIO 2024	SECONDO LIVELLO
GIU	1 GIUGNO 2024	PRATICA L5 (ORE 9.30 - 16.30))
GIU	2 GIUGNO 2024	SEMINARIO QI GONG

I PROSSIMI EVENTI

GIU	8 - 9 GIUGNO 2024	SECONDO LIVELLO
GIU	15 GIUGNO 2024	SEMINARIO GRAVIDANZA
GIU	16 GIUGNO 2024	PRATICA L1 - L2 - L3 (ORE 9.30 - 16.30)
GIU	28-29-30 GIUGNO 2024	CAMPUS ESTIVO

SEMINARIO

QI GONG

con Valeria Di Bitonto

Seminario di Qi Gong per Operatori Shiatsu: Sensazione, percezione e tocco.



DOMENICA 2 GIUGNO

9.30 - 16.30

clicca qui

SEMINARIO

ELEMENTI DI BASE PER IL TRATTAMENTO SHIATSU CON LE DONNE IN GRAVIDANZA

con Giovanna Ipsevich

Un seminario dedicato interamente a come gestire con serenità e fiducia il trattamento con le donne in attesa.

E' questo un momento molto speciale nella vita della donna e lo Shiatsu può offrire un grande sostegno sia dal punto di vista fisico (fastidi alla schiena, sonno intermittente, difficoltà nella digestione, ecc.) che emotivo ed energetico.

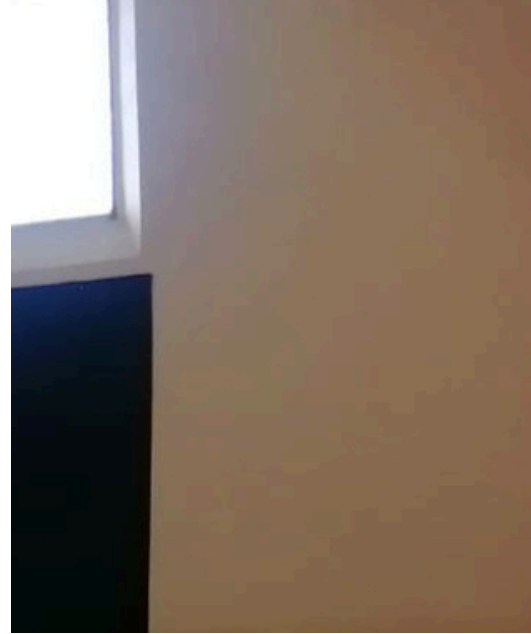
Valuteremo come è bene muoversi nella seduta, quali accorgimenti adottare o se è preferibile evitare di fare il trattamento.

Tra l'ampia gamma di tecniche che abbiamo a disposizione vedremo quali sono le più semplici e appropriate. Un lavoro semplice, profondo e in ascolto favorisce, inoltre, l'ascolto nella donna sia delle sue trasformazioni che quelle della nuova vita che si sta formando.

SABATO 15 GIUGNO

9.30 - 16.30

clicca qui



CAMPUS ESTIVO 2024

28-29-30 GIUGNO 2024

GIULIA DI GALLESE



WWW.SHIATSU-IES.EU



CAMPUS ESTIVO 2024

28-29-30 GIUGNO 2024

GIULIA DI GALLESE

**UN LABORATORIO
APERTO AD
ALLIEVI DI TUTTI I
LIVELLI**

INFO e
PRENOTAZIONI

info@shiatsu-ies.eu



WWW.SHIATSU-IES.EU

SEMINARIO

SEI-KI E SHIATSU

con Klaus Metzner

Gyoki, in giapponese, potrebbe essere tradotto come “mani che respirano”. Il Gyo-ki è l'esercizio centrale e ricorrente del Sei-Ki per sensibilizzare le mani ed entrare così in contatto con apertura rilassata e centratura. Il Gyoki viene praticato anche per coltivare la propria Hara ed essere presenti nella totalità.



Klaus Metzner

Sei-Ki è il metodo di Akinobu Kishi per il tocco spontaneo e autentico. Kishi è stato uno stretto confidente e collaboratore di Masunaga prima di lasciare la scuola di Namikoshi e poi quella di Masunaga per scoprire il proprio metodo, trasformando e trascendendo lo Shiatsu. Il Sei-ki coltiva l'essenza dello Shiatsu: il tocco in presenza, la chiarezza, il semplice esserci. E da lì il Sei-Ki può essere una chiave per i praticanti Shiatsu per una più profonda comprensione del proprio fare.

16 E 17 NOVEMBRE 2024

SEMINARIO

SEI-KI E SHIATSU

con Klaus Metzner

Klaus Metzner è Insegnante, fondatore e direttore della sede dell'ESI di Monaco, è già stato ospite della sede ESI di Roma in passato ed ha presentato i suoi seminari sull'essenza e la semplicità dello Shiatsu.

Siamo onorati e felici di poterlo ospitare nuovamente!

Klaus ha conosciuto Akinobi Kishi nei suoi primi anni di Shiatsu. Già nel primo seminario Sei-Ki con Kishi a cui partecipò nel 1983, poté assorbire molte impressioni e idee che, nel corso degli anni, non solo si sono riflesse nella sua pratica Shiatsu, ma che hanno influenzato e arricchito molte scuole e stili di Shiatsu in Europa. E' stato un grande dono aver avuto Kishi – e senza dimenticare sua moglie Kyoko – come “influencer” e ispiratore per molti anni e aver lavorato e imparato da loro.



Klaus Metzner