

SHIATSU è una parola giapponese composta da **SHI** (premere) e **ATSU** (dita): **PREMERE CON LE DITA.**

Lo Shiatsu è infatti l'antica arte orientale che attraverso pressioni su determinate parti del corpo, effettuate principalmente con i pollici, i palmi e i gomiti dell'operatore, ha come scopo quello di stimolare la vitalità dell'individuo e ristabilire (o mantenere) l'armonia del flusso dell'energia vitale (Qi).

Durante l'incontro divulgativo verrà insegnato un piccolo **Kata** (sequenza di trattamento codificata) che permette di portare benessere a tutto il corpo partendo dallo studio dei concetti fondamentali di postura e pressione.

Verranno spiegate le basi dello Shiatsu in un ciclo completo che permetterà di divertirsi e di comprendere che cos'è lo Shiatsu.

I partecipanti, a coppie, si "scambieranno" il trattamento appreso durante la lezione.

Ai partecipanti viene richiesto di indossare un abbigliamento comodo (tuta) e di portare una coperta o altro materiale da stendere sopra i materassini.

SHIATSU

Incontro divulgativo

Giovedì 03 ottobre 2024
dalle ore 20:00 alle ore 22:30,

Organizzato dalla Scuola di Shiatsu **LAFONTE**, per conoscere l'affascinante arte orientale dello Shiatsu.

BIBL. CENTRO CULTURA
«TULLIO CARRARA»
NEMBRO - Piazza Italia, 6

La partecipazione è GRATUITA

Per info: Maurizio 327 2374228

Per partecipare scrivi a:
Barbara@lafonteshiatsu.it



Scuola di Shiatsu e Discipline Bio Naturali LAFONTE
Via Buratti 57, 24124 Bergamo, www.lafonteshiatsu.it, info@lafonteshiatsu.it