

Programmi dei corsi Touch For Health 1- 4

Touch For Health 1

Prerequisiti: non richiesti ore minime: 18

Questo è il corso col quale milioni di persone sono state introdotte alla Kinesiologia Specializzata. Qui il test muscolare verrà insegnato dettagliatamente e, inoltre, si apprenderà anche la famosa riequilibrio dei 14 muscoli o 14 Meravigliosi nella sua forma originaria. Ogni muscolo è connesso ad un meridiano della Medicina Cinese Tradizionale e ad un organo. Riequilibrando i quattordici muscoli noi stimoliamo e distribuiamo equamente l'energia vitale in tutte le aree del corpo. Verranno anche spiegate le teorie di base della Kinesiologia e due efficacissimi test: uno per l'alleviamento dello stress e l'altro per sapere quali cibi sono più adatti ad ogni singolo individuo.

Programma del corso:

Teorie fondamentali e brevi cenni di storia della Kinesiologia. Introduzione ai meridiani.

Massaggio generale dei meridiani. L'arte del test muscolare. Tecniche di base per ampliare la risposta del corpo al test muscolare. Riflessi per il riequilibrio dei muscoli: Neurotonfici, Neurovascolari, Origine/Inserzione, Massaggio specifico del meridiano. Test e riequilibrio dell'inibizione visiva e dell'energia auricolare. Test dei quattordici muscoli con riequilibrio. Tecnica di alleviamento dello stress emozionale. Test per verificare gli alimenti che migliorano l'energia dei muscoli. Test del sostituto. Consapevolezza posturale. Semplice tecnica per il dolore. Sfida. Movimenti incrociati. Procedura di riequilibrio.

Touch For Health 2

Prerequisito: Touch For Health 1 ore minime: 16

In questo corso impariamo ad applicare il riequilibrio dei 14 Meravigliosi alla Legge dei 5 Elementi della Medicina Tradizionale Cinese ed alla Ruota dei Meridiani. Ciò ci permetterà di identificare il meridiano od organo che necessita del maggior supporto energetico e che, una volta riequilibrato porterà un equilibrio in tutti gli altri meridiani (con conseguente benefico effetto sugli organi e sui muscoli). Un'altra metodica essenziale qui insegnata, che distingue il Touch For Health dagli altri metodi di Kinesiologia, è il riequilibrio per un traguardo.

Programma del corso:

Revisione ed approfondimento delle tecniche del corso di TFH 1. Cellule fusiformi ed organo tendineo di Golgi. Localizzazione del circuito. Punti di digitopressione per tonificare. Test e riequilibrio con gli specifici riflessi di ulteriori 14 muscoli. Punti di allarme per verificare gli eccessi di energia nei meridiani. Teoria e riequilibrio con la legge dei 5 elementi. Riequilibrio per un traguardo specifico. Ruota dei meridiani con tecnica di riequilibrio. Tecnica di digitopressione per il dolore. Alleviamento dello stress con immaginazione creativa per programmare positivamente gli eventi futuri. Movimento incrociato con riequilibrio per postura, coordinazione ed integrazione emisferica. Strategie di riequilibrio.

Touch For Health 3

Prerequisito: T.F.H. 2 ore minime: 16

Una tecnica assolutamente interessante ed efficace che troviamo in questo corso è la tecnica dei muscoli reattivi, che ci permette di migliorare la coordinazione tra i muscoli durante il movimento, eliminando possibili disagi e tensioni e migliorandone la performance.

Programma del corso:

Punti di digitopressione per sedare. Riequilibrio dei 5 elementi con l'utilizzo dei suoni umani. Test e riequilibrio con gli specifici riflessi di ulteriori 14 muscoli. Test dei polsi cinesi e loro uso nel Touch For Health. Tecnica di tapping per il dolore per dolori recenti. Test per il controllo dell'andatura con relativa correzione. Tecnica per i crampi muscolari. Alleviamento dello stress posturale per separare lo stress emotivo dalla memoria di un trauma fisico. Tecnica di immissione in memoria (pause-lock). Tecnica di riequilibrio per i muscoli reattivi. Riequilibrio dei flussi energetici ad otto (otto tibetani). Alleviamento dello stress emotivo collegato al passato. Riequilibrio con la ruota dei 42 muscoli. Strategie di riequilibrio

Touch For Health 4

Prerequisito: T.F.H. 3 ore minime: 16

In questo corso vengono introdotte maggiormente le tecniche di riequilibrio emozionale, di grande aiuto anche per molti disagi che hanno un effetto sulla struttura muscolo-scheletrica e sugli organi. Molto utili anche il riequilibrio attraverso l'osservazione posturale ed il test completo di consapevolezza alimentare.

Programma del corso:

Teoria dei punti di digitopressione. Punti Shu e Luo e loro applicazioni. Correzione della inibizioni bilaterale di un muscolo con i riflessi spinali. Come testare le emozioni. Riequilibrio dei 5 elementi con le emozioni. Test completo di consapevolezza alimentare con il modo della sensibilità. Riequilibrio dei muscoli attraverso l'osservazione posturale. Tecnica dei 5 elementi con la nutrizione. Riequilibrio dei 5 elementi con i colori.

Riequilibrio con il meridiano dell'ora del giorno. Procedura completa di riequilibrio con strategie differenziate.