

SALIDA DE FIN DE SEMANA
**UNA VIDA SANA PARA TI Y LOS TUYOS
CON TERAPIAS NATURALES**



FECHAS: Del viernes 16 noche al domingo 18 de de mayo por la tarde.
LUGAR: Casa compartida en Collserola.
PRECIO: 190€. Pensión completa y alojamiento incluido en el precio.

Seminario de iniciación al Shiatsu

Estamos preparando dos cursos a realizar en un fin de semana en mayo en plena naturaleza. Un entorno ideal para desconectar de los ritmos de la ciudad, y podernos centrar en nuestro propio cuidado y bienestar; así como del de las personas que nos rodean. Proponemos un curso de profundización de Reiki y uno de introducción al masaje Shiatsu.

En el seminario de Shiatsu, trabajaremos la consciencia corporal. Aprenderás lo básico para conocer este masaje terapéutico japonés y empezar a practicarlo con tu pareja, familia y amigos con una rutina de cuerpo entero y tu salud se beneficiará física e internamente con el trabajo que hagamos intercambiando tratamientos. En concreto trabajaremos:

- ⇒ Introducción al método del Shiatsu
- ⇒ Como trabajar con presión
- ⇒ Trabajo de Hara
- ⇒ Rutina de tratamiento en decúbito prono

Este curso forma parte una serie de 6 cursos que realizaremos de manera bimensual, divididos en un nivel básico y otro avanzado que te permitirá:

- ⇒ Hacer tratamientos Shiatsu a otra persona a nivel general
- ⇒ Conocer los estilos de Shiatsu más importantes: Zen y Namikoshi.
- ⇒ Integrar la respiración, la escucha y la meditación en el tratamiento.
- ⇒ Aprender técnicas de automasaje y trabajo energético.
- ⇒ Iniciarte en la moxibustión.

Actividades para acompañantes

Los acompañantes de las personas que participen en los cursos son bien recibidos. Participarán de las actividades en común. También se dinamizarán actividades específicas (optativas) como relajaciones, senderismo...

PRECIO POR ACOMPANYANTE: 90€

Actividades en común

La organización dinamizará actividades fuera del horario de los cursos, para favorecer el conocimiento entre los participantes en ambos cursos, para favorecer la cohesión de grupo, para aprender más y para divertirnos.

MÁS INFORMACIÓN:

info@saluticreixement.com

Curso de Shiatsu: 639.75.18.61 (René)

<http://www.saluticreixement.com>

<http://www.shiatsuren.es.tl>

PROGRAMA

Viernes 16	Recepción a partir de las 18h. Dinámicas de presentación Cena Pase de película
Sábado 17	Desayuno Curso Comida Cena Actividades en grupo
Domingo 18	Desayuno Curso Comida Curso Despedida a media tarde

FORMA DE LLEGAR

Can Santoi

Municipi de Molins de Rei
El Baix Llobregat
Tel. 936 682 881

a 18 km de Barcelona
a 3 km de Molins de Rei

